DAVID A. COOPER

DUMNEZEU ESTE UN VERB

COLECȚIA JUDAICA

Coperta colecţiei: A. IONESCU
Redactor: S. SINGER
Tehnoredactare: A. GUERON

© 1998 David A. Cooper
God is a verb
All rights reserved including the right of reproduction in whole or in part in any form. This edition published by arrangement with Riverhead Books, a member of Penguin Putnam Inc.

© Editura Hasefer a F.C.E.R. (pentru ediţia română)
Bdul. I.C. Brătianu 35, ap. 9
Bucureşti 70478 - România
Tel/fax: 40-1-3122284
e-mail: re2000@fx.ro

ISBN 973-8056-26-8

David A. Cooper

DUMNEZEU ESTE UN VERB

Traducere de Lucia Vitcowsky

EDITURA HASEFER

București, 2001

Carte editată cu sprijinul
Ministerului Informațiilor Publice

Această carte este dedicată părinților mei, Helene Markens și Sampson D. Cooper, care sălășuiesc acum pe tărâmuri aflate dincolo de realitatea noastră, dar care, totuși, mă vizitează deseori în visele mele și în zeci de alte moduri pentru a privi cu satisfacție felul în care-mi trăiesc viața.

CUPRINS

Prefață	11
Nota autorului	15
Mulțumiri	17
Introducere	21

PARTEA ÎNTÂI: TRECUTUL
***Ma'Asev Bereşit* (Opera Creației)**

Înălțarea scânteilor de Divinitate	49
Conştiința	58
Grădina Edenului	74
Creația mistică	96
Natura lui Dumnezeu	103

PARTEA A DOUA: PREZENTUL
***Olam Ha-Zeh* (Lumea aceasta)**

Tiparul Creației	125
Cinci lumi, cinci dimensiuni ale sufletului	140
Suflete	160
Soarta şi miracolele	177
Îngeri şi demoni	192
Binele şi răul	215

PARTEA A TREIA:
CONŞTIINŢA ELEVATĂ
***Ma'Asev Merkevah* (Opera Carului)**

Carul mistic 231

Calea unui *ţadik* (Iluminarea iudaică) 257

1. Calea învăţăturii 258
2. Calea respectului 259
3. Calea generozităţii 266
4. Calea bunătăţii şi a milosteniei 275
5. Calea cumpătării 280
6. Calea purităţii 285
7. Calea bucuriei 287
8. Calea lipsei de vanitate 295
9. Calea uimirii pline de înfricoşare şi respect 301
10. Calea netulburatei seninătăţi 310
11. Calea stărilor de spirit extraordinare 316
12. Calea vieţii eterne (spiritul lui Dumnezeu) 323

PARTEA A PATRA: DINCOLO DE ACEASTĂ VIAŢĂ
***Olam Ha-Bah* (Lumea viitoare)**

Răsplata, pedeapsa şi Providenţa Divină 331

Moartea şi teama 350

Reîncarnarea 369

A muri şi moartea 378
Rai, iad şi înviere 402
Epilog 413
Note 419
Index 459

PREFAŢĂ

Misticii iudaici au avut întotdeauna reticenţe în ceea ce priveşte dezvăluirea învăţăturilor ezoterice ale Cabalei. *Talmudul* spune că aceste precepte secrete trebuie să se afle sub un control strict. În consecinţă, cercetătorii obişnuiţi puteau rareori studia acest segment secret de cunoştinţe înainte de secolul XX. Mai mult, cum cunoaşterea mistică profundă a înţelepciunii cabalistice era rezervată numai unui mănunchi de practicanţi, majoritatea celor implicaţi în studii de iudaism nu aveau posibilitatea de a accede la acest tezaur al tradiţiei.

Pe parcursul ultimei jumătăţi de secol s-au făcut mari eforturi în sensul cercetării şi punerii la dispoziţie a până atunci inaccesibilelor materiale cabalistice. Au fost traduse multe texte şi s-au întreprins studii de amploare în cadrul unor institute de cercetare de prestigiu. Rămâne totuşi un decalaj net între aprecierea la nivel intelectual a acestor precepte ezoterice şi integrarea lor în practica cotidiană a iudaismului.

Cu peste cincizeci de ani, oricine ar fi vorbit despre lucrurile care sunt analizate în această carte ar fi fost ostracizat de comunitatea rabinică. Unii dintre cititori ar fi fost revoltaţi să vadă făcute publice subiecte ezoterice menite a fi citite numai de puţini aleşi. Mulţi s-ar fi simţit deranjaţi de interpretările sensurilor *Torei* dintr-o perspectivă egalitaristă. Alţii ar fi găsit că preceptele mistice ale *Zoharului* sunt destul de stranii şi, într-un fel, prea stricte şi prea în litera tradiţiilor religioase estice.

De aceea, mă raliez cu tot sufletul la sentimentele exprimate de rabi Aryeh Kaplan - cel mai prolific comentator modern de mistică iudaică - care, îşi începe una din cărţile sale, *Meditation and Kabbalah*, (Meditaţia şi Cabala) cu afirmaţia: „Eşti cuprins de o mare nelinişte şi îngrijorare când începi să scrii o carte ca aceasta..."

Sunt deseori confruntat cu obiecţii la precepte elementare ale misticii iudaice, exprimate de conaţionali care nu cunosc amploarea şi profunzimea propriei tradiţii religioase. În mod tipic, aceştia se situează pe poziţii de negare. Mi s-a spus că meditaţia nu este specifică iudaismului; credinţa în reîncarnare nu este de sorginte iudaică; rugăciunea solitară nu este o practică iudaică. Oamenii aceştia greşesc. Într-adevăr, mistica iudaică este o practică spirituală profund senzualistă, adânc conectată cu natura, care discută pe faţă probleme ca îngeri şi demoni, peregrinările sufletului după moarte, reîncarnare, înviere şi obiectivul dobândirii conştiinţei mesianice. Acest fapt îi pune deseori în încurcătură chiar pe unii îndrumători spirituali. Nu le place să vorbească despre astfel de lucruri.

Cu toate astea, una din cele mai mari nemulţumiri exprimată de vestici, mai ales evrei, este faptul că tradiţiile noastre religioase nu sunt suficient de spiritualizate. Vrem să simţim o conexiune cu Marele Necunoscut; să trăim experienţa cunoaşterii secretelor altor realităţi şi a sensului vieţii. Ne dorim practici spirituale care să ne meargă la inimă şi să ne îmbogăţească sufletul. Ne dorim un loc de refugiu, unde să ne permitem un răgaz, un sanctuar faţă de lumea agitată din jurul nostru.

Năzuinţa noastră de reconectare cu natura noastră esenţială transcende limitele intelectului, provenind dintr-o înţelegere aprofundată a faptului că viaţa înseamnă mult mai mult decât bogăţie materială. Adânc, în sufletul nostru ştim că misterele Creaţiei vorbesc într-un limbaj ce poate fi perceput nu prin acţiune sau gândire, ci prin „a fi prezent".

Tradiţiile religioase vestice şi întreaga mitologie aferentă sunt construite pe baza învăţăturilor din *Vechiul Testament*. Multe dintre acestea s-au osificat demult în convingeri fixe; a le ataca înseamnă să te expui excomunicării. În prezent, liderii spirituali vestici au curajul să sugereze alte posibilităţi de înţelegere a vechilor mituri. Acest mod nou de abordare a lucrurilor creează posibilitatea unei schimbări de

concepție, care va modifica însuși procesul nostru de gândire, ca și relația noastră cu Divinitatea.

Cartea de față cuprinde multe idei vechi, exprimate într-un limbaj modern. Propune moduri de interpretare a miturilor biblice care contravin punctului de vedere tradiționalist. Tot materialul prezentat aici a fost supus unui studiu aprofundat si sunt citate sursele de referință corespunzătoare, astfel încât oricine este interesat să le poată cerceta personal.

Scopul acestei cărți este să ofere o înțelegere profundă a fundamentării misticismului vestic. Cititorului nu-i sunt necesare studii teologice tradiționale pentru a putea aprecia ideile discutate aici. Deși informațiile de bază sunt prezentate din perspectivă iudaică, ideile și tezele se întrepătrund cu tradițiile creștină și musulmană, întrucât conceptele sunt universale. Cartea este scrisă și pentru cei ce se simt atrași de practicile orientale - budism, hinduism, daoism - pentru a contribui la dialogul dintre religiile orientale și apusene și la îmbogățirea reciprocă a gândirii mistice.

Dacă vă numărați printre cei mulți din lumea civilizată, animați de dorința descoperirii unei vieți spirituale mai bogate în cadrul religiei dumneavoastră specifice, veți descoperi în această carte o lume nouă, cu posibilități aproape nelimitate. Aceasta nu este o carte menită doar a fi citită. ci una menită a fi trăită. Recurge la povestiri hasidice pentru a aprofunda și clarifica învățăturile și prezintă exerciții pentru cei care doresc să integreze practicile mistice în viața de zi cu zi. Este un ghid pentru persoanele care doresc într-adevăr să-și îmbogățească sufletul și să se apropie mai mult de Dumnezeu. Dacă sunteți o astfel de persoană, vă urez bun venit în lumea tezaurului secret al misticii iudaice.

NOTA AUTORULUI

Limbajul actual persistă în a se referi la Dumnezeu în termeni masculini, în pofida faptului că învăţăturile vechi de mii de ani ale misticilor subliniază că Dumnezeu nu are gen. Nu este oare timpul să încetăm această practică? Pe tot parcursul acestei cărţi am folosit pentru Dumnezeu pronumele personal de persoana a treia singular în neutru, It. Adevărul este că Dumnezeu nu trebuie numit It, pentru că acest cuvânt englez sugerează un „lucru", iar Dumnezeu nu este lucru. Dar limitele posibilităţilor de exprimare ale limbii impun folosirea unui pronume, iar It este mai potrivit decât *He* (El)*.

Conform aceluiaşi principiu, mi-am permis libertatea să ajustez unele traduceri, în sensul de e neutraliza subiectul. Un exemplu în speţă este citatul din Abraham Abulafia: „Acum nu suntem separaţi de sursa noastră şi iată că noi *suntem* sursa, iar sursa este în noi. Suntem atât de strâns uniţi cu Ea. încât nu putem fi despărţiţi cu nici un chip, pentru că suntem Ea".

În acest caz, textul original era: „Acum el nu mai este separat de Domnul său şi iată că el este chiar Domnul, iar Domnul este el: pentru că este atât de strâns unit cu El, încât nu poate fi despărţit cu nici un chip, pentru că este însuşi El". Cum în intenţia mea este să stabilesc un gen nou de relaţie cu Divinitatea - în care *It* nu este în nici un caz „Domnul" - nu văd rostul de a continua să considerăm că Dumnezeu este El şi că toţi aspiranţii spirituali sunt bărbaţi.

Pe lângă introducerea acestor schimbări în ceea ce priveşte referirile la gen, am tradus mai liber unele texte pentru

---

* Întrucât în limba română nu există pronume personal distinct pentru genul neutru, în traducere s-a evitat folosirea pronumelui. Acolo unde nu a fost posibil, cititorul este rugat să considere pronumele EL - de câte ori acesta se referă la Dumnezeu - drept neutru.

a actualiza anumite concepte. *Zoharul* foloseşte un limbaj arhaic şi abscons, care nu cuprinde termeni pentru conştiinţă şi nivelurile ei, dar acestea sunt intenţia şi sensul. În loc să rămân la nivelul traducerilor ad litteram, care ar fi servit doar ca să încâlcească problemele, am oferit traduceri interpretate, fiind deplin conştient că unii lingvişti le vor dezaproba. Este un risc pe care mi-l asum din proprie voinţă. Prefer să iniţiez o controversă deschisă decât să continui să ascund aceste idei minunate sub camuflajul unui limbaj enigmatic.

Transliterarea termenilor din ebraică sau aramaică a fost simplificată, Avem la dispoziţie multe metode, dar fiecare dintre acestea îşi are propriile neajunsuri, De exemplu, sunetul gutural ch, ca în numele Bach, este foarte obişnuit în ebraică. Am preferat ca, în loc să introduc semne diacritice care să încurce cititorul, cum ar fi un punct sub h (în engleză), să ortografiez cuvântul aşa cum se pronunţă: *hesed*, *haiah*, *hohma* sau *hutpah*. În unele cazuri însă, unde *ch* poate crea confuzii, am folosit *kh*, ortografiind *malkhut* şi nu *malchut*. În toate cazurile m-am străduit să scriu cuvântul cum se pronunţă, fără să ader la vreo convenţie. Uşurinţa de lectură a textului contează mai mult decât respectarea cu consecvenţă a unor reguli arbitrare.

Deşi pronunţia sefardă este cea standard în Israel, se poate auzi deseori şi pronunţie aşchenază, mai ales în cartierele religioase. În cartea de faţă aproape toate cuvintele sunt transliterate în maniera de pronunţie sefardă. Totuşi, termenul pentru Şabat este prezentat în ambele variante: Sabat şi Sabos. Fiecare îşi are propriul său parfum specific şi ambele sunt importante.

Domeniul misticismului se pretează la multiple interpretări. Fiecare dintre noi avem propriul nostru sistem de filtre lăuntrice; selectăm ceea ce intră şi ceea ce iese. Deşi am studiat cu atenţie o mare varietate de materiale ezoterice, ideile exprimate în această carte sunt rezultatul propriilor mele percepţii şi al propriului meu mod de înţelegere, fără să reprezinte vreo şcoală sau vreun îndrumător religios anume.

MULȚUMIRI

Misticii știu că un număr nespus de mare de variabile interacționează pentru a influența modul în care se vor scurge zilele noastre în dansul acesta pe care-l numim viață. Felul în care se întâmplă toate, posibilitățile ce se ivesc, reacțiile noastre și chiar gândurile noastre ca atare sunt inextricabil împletite cu relațiile și familiile noastre, prietenii și asociații noștri și forțele necunoscute care ne înconjoară. Astfel, în vreme ce este important să ne exprimăm recunoștința pentru iubirea care ni se acordă. orice am spune despre acest lucru pare întotdeauna să nu fie îndeajuns de elocvent. Pentru că, mai mult decât ne dăm seama, viețile noastre depind de lucruri neînsemnate: un telefon, o scrisoare, un gest atent, chiar un semn din cap sau un zâmbet la momentul oportun.

Cu aceste gânduri, îmi exprim recunoștința față de toți aceia care, cunoscuți sau necunoscuți. din lumea aceasta și din alte lumi, au jucat un rol în scrierea acestei cărți. Nu cred că este cartea mea; ideile cuprinse în ea nu aparțin nimănui. Sunt precepte universale, spuse - sper - într-un fel care le face accesibile unui număr mai mare de oameni.

În procesul de așternere a cuvintelor pe hârtie am constatat că multe conversații ocazionale sau îndrumări primite întâmplător au adăugat noi dimensiuni scriiturii. Era ca și când am fi fost cu toții angrenați într-un efort de colaborare, fără ca acesta să fie denumit astfel. În mod misterios, subiectele erau ridicate și ideile erau oferite la exact momentul potrivit pentru a putea fi incluse în manuscris; spiritul îndrumării universale și-a făcut simțită prezența.

Soția mea, Shoshana, a jucat un rol important în acest proces. În răstimpul cât am scris această carte, am petrecut mult timp împărtășindu-ne precepte și învățând unul de la celălalt. Discutam materiale ezoterice cât era ziua de lungă și,

mai ales, de Şabat. De multe ori am descoperit câte o idee nouă ce era rezultanta nu numai a gândirii mele sau a ei, ci a gândirilor noastre. Întrucât suntem permanent împreună pe calea cercetării spirituale, ea este nu doar asistentul şi prietenul meu, iubita mea şi sfătuitorul meu, ci este co-autor al acestei cărţi. Deşi am fost binecuvântat cu un oarecare talent de exprimare şi meşteşug scriitoricesc, fără Shoshana această carte n-ar fi putut fi scrisă niciodată.

Ca rabi, am prilejul să lucrez cu mulţi oameni eruditi, care sunt învăţători ai mei sau discipoli ai mei. Sunt deosebit de recunoscător membrilor grupelor mele de studiu al Cabalei şi *Torei* pentru că mulţi dintre ei au ridicat probleme sau au exprimat puncte de vedere care mi-au deschis noi căi de abordare. Desigur că nu aş fi avut nici un fel de calificări rabinice fără dascălii care mi-au transmis înţelepciunea misticii iudaice. Mulţi dintre aceşti îndrumători spirituali îmi vorbesc din alte tărâmuri, dar am avut neasemuita fericire de a fi fost şcolit de doi îndrumători eminenţi ai acestui secol, rabi Zalman Schachter-Shalomi şi rabi Shlomo Carlebach, fie-i memoria o binecuvântare pentru toţi.

Cartea aceasta a fost indirect concepută în mintea fertilă a lui Tami Simon. proprietarul Sounds True Catalogue, care mi-a sugerat întâi să înregistrez o serie de casete despre Cabala. Multe mulţumiri, de asemenea, întregului personal al Sounds True pentru calitatea muncii şi entuziasmul său. Un alt prieten care, indirect, a jucat un rol în crearea acestei cărţi este Fotinos, editorul de la Jeremy Tarcher Books, care a fost întotdeauna un fan al meu.

Însă, cea mai importantă forţă motrice care a facilitat apariţia cărţii este editorul meu, Amy Hertz. Ea a avut viziunea iniţială privind o lucrare de amploare despre mistica iudaică şi a contribuit substanţial la îmbunătăţirea manuscrisului cărţii pe întreg parcursul dezvoltării sale. Forma finală n-ar fi nici pe departe aceasta fără neobositele ei eforturi de-a lungul întregii sale evoluţii.

Desigur, impresarul meu, Ned Leavitt, s-a ocupat de

acest proiect în aşa fel încât - cu o coordonare eficientă şi într-o stare de spirit adecvată - să menţină lucrurile pe un parcurs normal. Ned se asigura ca întotdeauna liniile de comunicare să rămână deschise. Eforturile sale au fost deosebit de preţioase pentru destinul acestei cărţi.

Vă mulţumesc tuturor. Sper şi mă rog ca eforturile noastre unite să influenţeze sufletele oamenilor şi ca această carte să contribuie la ridicarea conştiinţei şi aducerea lumii la starea de pace şi armonie care este destinul nostru.

INTRODUCERE

Puterea de pătrundere a filosofiei nu funcţionează departe de lumea fizică. Dincolo de stele îşi poate doar imagina esenţa lui Dumnezeu. În fapt, există multe niveluri de universuri superioare, dar acest adevăr se găseşte numai în Cabala. Este scris: „Nu ne stă în putere să-L cunoaştem pe Dumnezeu" (Isaia 40:28). Cine îşi însuşeşte adevărul Cabalei percepe foarte bine acest lucru.

Rabi Nachman din Breţlav[1]

Este prima zi a Numărătorii omerului, o zi ce încorporează nucleul mistic de afecţiune şi iubire, a doua zi de Pesah din anul calendaristic ebraic 5755 (1995).[2] Potrivit credinţei iudaice, acum cinci mii şapte sute cincizeci şi cinci de ani a luat naştere un nou tipar al cunoaşterii şi conştiinţei umane. Acesta a reprezentat o totală transformare a modului de înţelegere, fiind un nivel de conştiinţă care se putea contopi cu propria sa origine. Emergenţa şi continuarea acestei contopiri a format ceea ce numim procesul de edificare si cunoaştere, de iluminare. Cabaliştii afirmă că ne apropiem cu rapiditate de o nouă transformare majoră a cunoaşterii şi conştiinţei. Aceasta se va numi conştiinţă mesianică şi datorită ei vom înţelege totul într-o lumină complet nouă.

Astăzi se împlineşte o săptămână de la cea de a cincizeci şi şasea aniversare a zilei mele de naştere. Cabala ne învaţă că în fiecare an din viaţa cuiva este accentuată o anume calitate a acelei persoane. Cel de al cincizeci şi şaselea an de viaţă este o perioadă în care eşti cufundat în zona afectivă şi de iubire a potenţialului propriu din domeniu cu o imensă încărcătură din fluxul cosmic şi o nouă şansă de a înălţa

scânteierile de sacralitate din interiorul şi din jurul tău la niveluri de conştiinţă superioare.[3]

Astfel, pentru mine este astăzi un moment propice pentru a începe să scriu o carte. Este o carte despre misterul vieţii şi al morţii, o incursiune în învăţăturile mistice despre creaţie şi creator şi o explorare a unor zone de conştiinţă care transcend graniţele minţilor noastre.

Demersul meu spiritual a fost iniţiat cu peste patruzeci de ani în urmă când, adolescent fiind, am început să înţeleg că noi, ca fiinţe umane. avem parte în unele momente din viaţă de experienţe neobişnuite, interconectări cu alte realităţi, clipe de profundă înţelegere a naturii lucrurilor, vise inexplicabile, care depăşesc orice imaginaţie şi voci interioare care ne îndrumă în anumite direcţii de acţiune. Dar cel mai important lucru este acela că toţi avem, se pare, relaţii deconcertante cu membrii familiei noastre, cu prietenii cei dragi şi chiar cu străinii, reflectate permanent într-o esenţă interioară misterioasă pe care aici, în vest, o numim suflet.

În perioada anilor '60, când aveam douăzeci şi ceva de ani, tradiţiile spirituale orientale câştigaseră o extraordinară popularitate în rândul multor tineri din generaţia mea. Unii dintre adepţii acestora erau numiţi copiii-flori, un termen definitoriu pentru perioada de îmbobocire a unei ere noi. Şi, de fapt, deseori s-au făcut referiri la acele timpuri drept perioada de început a Erei Vărsătorului. Curentul a devenit o subcultură, New Age. Acum New Age pare oarecum demodat, dar pe atunci a reprezentat o perioadă euforică de însufleţire tinerească.

În anii '60, zen budismul era înfloritor la San Francisco, la fel ca şi versiunea americană de sufism, ramura mistică a tradiţiei islamice. Hinduismul pusese stăpânire pe străzile din districtul Haight-Ashbury, iar cântările de aum puteau fi auzite în multe colţuri ale parcului Golden Gate. Nu rareori se întâmpla ca dansatori şi toboşari Hari Krishna să cadă în leşinuri extatice la colţurile aglomerate ale străzii Montgomery din districtul financiar, spre uimirea

funcţionarilor ce se îndreptau grăbiţi către serviciu. Eu mă număram printre aceşti funcţionari cu costum şi cravată, la fel de uluit şi intrigat de energia şi vivacitatea acestei noi concepţii asupra vieţii.

Am început să studiez datinile orientale, citind despre ideologii şi experimentând multe dintre practici. Curând lumea costumelor cenuşii şi a tranzacţiilor de afaceri a devenit ştearsă şi neinteresantă în comparaţie cu strălucirea cuceritoare a exerciţiilor spirituale exotice şi a înţelepciunii învăţăturilor antice - ca să nu mai vorbim de faptul că era „superior" şi „detaşat" să fii un renegat. Spre treizeci de ani, după ce îmi construisem o carieră cu reale perspective de avansare, lucrând la San Francisco şi New York, mi-am părăsit slujba şi am început să călătoresc, ducându-mi tot avutul într-o mică geantă de voiaj.

Am călătorit aşa timp de mai mulţi ani, citind toate cărţile pe care le-am putut găsi despre budism şi hinduism, căutând să descifrez secretul existenţei şi sensul vieţii. A fost un pelerinaj de esenţă nobilă, unul în care s-au angrenat un număr nesfârşit de căutători ai esenţelor spirituale, dar care, la sfârşitul drumului, m-a lăsat cu şi mai multe întrebări fără răspuns decât atunci când plecasem.

Pe la treizeci şi cinci de ani am întâlnit-o pe viitoarea mea soţie, Susan, care mai târziu a devenit Shoshana, şi direcţia căutărilor mele de ordin spiritual s-a schimbat. În primii doi-trei ani ai relaţiei noastre am început să explorăm practica retragerii solitare în tăcere.

Prima experienţă de grup am avut-o cu sufiştii şi am fost iniţiaţi în această practică, fiind membri ai Ordinului Sufist de Vest. Ulterior, am întreprins deseori retrageri în meditaţie, petrecându-mi zile întregi şi uneori chiar săptămâni în tăcere. În acea perioadă foloseam tehnici sufiste, în special *vazifas* (un gen de mantra), metodă care implică repetarea unui cuvânt legat de atributele Divinului. M-am consacrat, de asemenea, practicării *dhikr*, care înseamnă pomenire, o psalmodiere ce repetă cuvintele arabe *La ila-ha il Alah Hu*,

însemnând „Nu există alt Dumnezeu decât Dumnezeu".

În timpul acestor retrageri solitare a început să mi se întâmple ceva extraordinar. Treptat, am renunțat la demersul de ordin intelectual întrucât am descoperit un simțământ mai profund de cunoaștere, care depășește limitele minții. O percepție indefinibilă plana în zonele de umbră care există între gândirea conștientă și subconștient. Nu puteam desluși natura acestor cunoștințe tainice, dar știam cu certitudine că am acces la un gen de cunoaștere profundă.

Cu cât retragerile mele în solitudine deveneau mai lungi și mai pătrunzătoare, cu atât îmi dădeam mai mult seama că doream să amplific toate aspectele demersului meu spiritual. La patruzeci și unu de ani, în timpul unei astfel de retrageri în tăcere de patruzeci de zile, am decis să mă cufund în misticismul iudaic. Decizia nu era logică pentru că, deși născut din părinți evrei, nu știam aproape nimic despre iudaism.

MEDITAȚIA ȘI CUNOAȘTEREA PROFUNDĂ

Ne-am mutat la Ierusalim și am locuit în fortăreața Orașului Vechi, la câteva minute de drum de la Zidul de Apus. Deși eram în primul rând interesat de învățăturile mistice, am fost nevoit să studiez mai întâi, ca un învățăcel întârziat, un volum însemnat de informații legate de aspectele elementare ale practicilor iudaice. Asta a durat câțiva ani.

Iudaismul este, în general, un cult bogat și diversificat. Plin de ritualuri și precepte obligatorii de comportament. Studiul *Torei* și al *Talmudului* este ceva extraordinar. Viața de zi cu zi a evreului religios este foarte solicitantă, implicând urmărirea îndeaproape a detaliilor în orice problemă: cum și ce mănânci, când să te rogi, ce raporturi ai cu ceilalți, etica afacerilor, coduri morale de comportament și, desigur, ce raport ai cu Dumnezeu.

Componenta mistică a iudaismului, numită Cabala, se concentrează mai mult asupra naturii ezoterice a creației. Ce

este Dumnezeu? Cum s-a produs Creaţia? Care sunt sensurile tainice ale învăţăturii *Torei*? Care este arhitectura cosmosului? Care este adevărul suprem? Nu este un domeniu de studiu uşor. Majoritatea informaţiilor sunt camuflate în spatele unui limbaj foarte specializat, al unor concepte misterioase şi al unor codificări voit absconse. Doar o mână de cabalişti au scris despre experienţa lor. Majoritatea însă preferă să rămână la adăpostul anonimatului.

În plus, efectiv toate comentariile din literatura religioasă iudaică sunt făcute din perspectivă masculină. Aproape tot ceea ce s-a scris despre Cabala are tendinţa să fie intelectualizat şi abstract, mai mult un fel de teorie metafizică decât înţelepciune practică. Eu căutam sensul vieţii şi nu un sistem de concepte confuze, astfel încât primii doi ani de studiu au fost destul de stresanţi.

Mi-am reluat practica meditaţiei, care ştiam că deţine cheia cunoaşterii spirituale profunde. Toate culturile religioase majore folosesc meditaţia într-o formă sau alta, în tăcere. Când îmi lăsam în repaos funcţia cognitivă, îşi făcea apariţia în mod inevitabil o forma de înţelegere mai adâncă.

Este important să remarcăm că a şedea în tăcere este o abordare exact opusă aceleia utilizate în învăţământul iudaic normativ, care angajează mintea în probleme complexe şi analizează fiecare faţetă a unei dispute în cel mai mic amănunt. Am trăit timp de mai mulţi ani experienţa acestui proces de *pilpul* (dialectică şi dezbatere) în ieşiva (o instituţie evreiască de învăţământ superior), dar acesta nu m-a condus la nivelul de cunoaştere pe care îl căutam. Acest tip de învăţământ mi-a alimentat foamea de informaţii, iar lucrul cu *Talmudul* este o experienţă care produce satisfacţii înalte, dar eu doream să mă aflu într-o comuniune mai strânsă cu Dumnezeu; nutream nevoia să mă simt înconjurat de prezenţa Divinităţii tot timpul. Această năzuinţă părea să se ivească mai ales în timpul practicilor de contemplaţie, astfel încât nevoia mea de meditaţie a devenit mai presantă.

În acea perioada am cunoscut vipassana, meditaţia de

înţelegere profundă, o şcoală a budismului care foloseşte o practică intensiva de tăcere pentru perioade extinse de timp. În timpul unei astfel de retrageri în tăcere, nu este neobişnuit ca un discipol să petreacă în meditaţie nouă sau zece ore pe zi, în segmente de patruzeci şi cinci până la şaizeci de minute. În timpul perioadelor dintre acestea, se efectuează meditaţie în mers, care însumează alte şase ori şapte ore de meditaţie zilnic. Scopul acestei practici este ca discipolul să-şi menţină o stare de meditaţie pe tot parcursul orelor de trezie, inclusiv în timpul meselor.

Deşi acest program poate părea prea sever, majoritatea celor care se iniţiază în vipassana descoperă că, după o perioadă iniţială de adaptare de trei-patru zile de practică, regularitatea meditaţiei constante îi aduce într-o stare de conştienţă modificată, care facilitează căi de cunoaştere şi înţelegere profundă - exact ceea ce doream eu.

Vesticii care se consacră practicării budismului, hinduismului, sufismului sau altor culte bazate pe contemplaţie suferă o transformare datorită stării de spirit ce poate fi produsă printr-o practică de meditaţie serioasă. Uneori, transformarea este atât de covârşitoare încât respectiva persoană optează pentru a se „converti" la o nouă religie. Oricum, mulţi oameni au constatat că experienţele lor de contemplaţie le-au deschis cu adevărat noi căi de pătrundere în tradiţia lor spirituală originară. Acest lucru mi s-a întâmplat şi mie. Dintr-o dată am descoperit noi profunzimi în iudaism: comentariile la *Tora* au căpătat viaţă, iar studiul asupra Cabalei a luat o turnură complet nouă.

Nu acordasem suficientă atenţie diferenţei dintre învăţarea Cabalei ca exerciţiu intelectual şi trăirea Cabalei prin pătrundere şi înţelegere mistică. Unele din scrierile misticilor evrei indică clar că cea mai însemnată parte a cunoaşterii Cabalei le-a parvenit prin intermediul experienţelor contemplative. De exemplu, în secolul al şaisprezecelea, Eleazar Azikri, membru al cercului cabalistic al lui Moses Cordovero din Safed, susţinea că *retragerea în ascunziş*

(izolarea) este pentru suflet de şapte ori mai benefică decât studiul şi, în funcţie de puterile şi capacitatea fiecărei persoane, aceasta trebuie să se concentreze şi să mediteze o zi [întreagă] pe săptămână".[4]

În ceea ce priveşte practicarea acestor exerciţii, Azikri dădea următorul sfat: „În orice clipă trebuie să încercăm să asociem numele [lui Dumnezeu] cu un sentiment de bucurie şi tremur înfricoşat. Trebuie, pe cât este posibil, să ne izolăm de societatea oamenilor şi să păstrăm tăcere absolută, singuri, într-o văpaie scânteietoare, înfricoşaţi şi tremurând, Lumina care este deasupra capului nostru ne va fi întotdeauna îndrumător".[5] Există zeci de scrieri similare celor ale lui Azikri, dar în zilele noastre nu este uşor să găseşti un îndrumător în carne şi oase care să exemplifice aceste învăţături.[6]

Pur şi simplu, Cabala nu poate fi înţeleasă numai prin intelect. Cabala este mai degrabă un mod de viaţă şi o concepţie despre tot ceea ce ne înconjoară. Devii cabalist prin faptul că adaugi un nou nivel de conştiinţă fiecărei acţiuni, fiecărui cuvânt care îţi iese din gură şi fiecărui gând care îţi răsare în minte. Nu căpătăm cunoaştere cabalistică doar prin intelect; o căpătăm prin modul cum ne trăim viaţa, ceea ce implică integrarea studiului cu practica zilnică şi cu exerciţiile de contemplaţie. Ne cufundăm în diferitele aspecte ale învăţăturilor cabalistice şi de aici se naşte conştiinţa mistică.

Misterul vieţii este şi a fost întotdeauna subiectul asupra căruia s-a concentrat cu precădere gândirea contemplativă. Aproape orice om îşi petrece primii ani din viaţă ca un adevărat mistic. întrebându-se cum funcţionează lumea. Ce ne ţine legaţi de pământ în timp ce păsările par a nu avea nici un fel de constrângeri? De unde vine vântul şi de ce sunt stelele pe cer? Pe măsură ce creştem şi ne maturizăm, aflăm multe explicaţii ale lucrurilor, dar apar noi întrebări care, drept răspuns, primesc doar o strângere din umeri din partea părinţilor sau profesorilor noştri şi chiar din partea filozofilor.

Undeva, de-a lungul drumului, când atingem maturitatea sexuală, punctul de concentrare al atenţiei noastre se modifică dramatic. Ne captivează total misterele iubirii, ale relaţiilor interumane şi personalităţii individuale, iar în acestea sunt ascunse eternele întrebări despre viaţă. Ne jenăm să le spunem celorlalţi despre ceea ce se întâmplă înăuntrul nostru şi deseori ne luptăm cu aceste secrete ale vieţii în tăcere.

Ca adulţi, majoritatea suntem atât de preocupaţi de problemele financiare şi de familie încât consacrăm prea puţin timp, sau deloc pentru a ne gândi la problemele grave, majore ale vieţii. Totuşi, suntem confruntaţi cu acestea, brusc şi zdrobitor, pe tot parcursul existenţei noastre. Nu rareori, aceasta se întâmplă ce rezultat al unor evenimente traumatice care ne solicită la maximum: accidente sau boli grave, moarte.

Învăţăturile cabalistice sunt cât se poate de limpezi într-o privinţă. Lucrurile sunt mai mult decât credem noi că sunt. Această lume este o reflectare a altor niveluri ale realităţii, cu care se află într-o relaţie de simbioză. Fiecare eveniment pe care îl trăim are un mesaj mai adânc dacă avem ochi de văzut şi urechi de auzit. Orice are un înţeles şi o semnificaţie mistică. Viaţa devine colosal de bogată şi plină de sens, odată ce suntem capabili să-i pătrundem misterele.

CARTEA LUI ADAM

În secolul al optsprezecelea, Baal Şem Tov* a schimbat în mod dramatic caracterul iudaismului, promovând ideea că bucuria, rugăciunea şi stabilirea unei conexiuni extatice cu Dumnezeu prin acţiune fizică erau la fel de importante, dacă nu chiar mai importante, decât simpla trăire a vieţii în credinţa iudaică, conform preceptelor religioase. El este considerat unul dintre liderii de seamă ai mişcării religioase constituite pe baza acestor idei. numită hasidism.

* Israel ben Eliezer

Potrivit oamenilor de ştiinţă, curentul hasidic este fundamentat pe principii cabalistice.[7] Legenda spune că Baal Şem Tov a căpătat aceste cunoştinţe secrete dintr-o sursă misterioasă, numită *Cartea lui Adam*. Se spune că nu există decât un exemplar din această carte. Este scrisă si alcătuită cu ajutorul unui misterios component eteric, care nu poate fi reprodus. Chiar literele, formele şi nuanţele lor, toate conţin o scânteie de Divin.

Cartea este nu numai remarcabilă şi unică, ci persoana care o citeşte trebuie să ştie cum să interpreteze mesajele codificate pe care le conţine. Secretele sale sunt camuflate de straturi succesive de text cifrat, astfel încât cei care nu cunosc puterea adevărului pe care îl cuprinde nu pot folosi greşit aceste învăţături. Pentru că această *Carte a lui Adam* dezvăluie explicaţia precisă şi clară a sensului şi scopului vieţii şi morţii, a iubirii şi inter-relaţiilor, sufletelor, îngerilor şi altor tărâmuri ale realităţii.

Textul original al cărţii le-a fost dat primelor fiinţe omeneşti, lui Adam şi Eva, care l-au transmis, împreună cu metodele de interpretare necesare, urmaşilor. Dacă textul încăpea pe mâna unei persoane care nu reuşise să ajungă la maturitate spirituală, neînţelegerea de către aceasta a sensurilor ar fi pricinuit dezastrul şi pieirea persoanei respective. Astfel că, timp de peste cinci mii de ani, cartea s-a transmis de la profesor la discipol, până când, acum câteva sute de ani, a ajuns în posesia rabinului Adam.

Fiul acestuia, Yitzhak, era erudit. dar îi lipseau focul lăuntric şi dorinţa arzătoare de care este nevoie pentru a reuşi în căutarea adevărului suprem. Rabinul Adam ştia că fiul său nu va putea niciodată să ajungă să deprindă cunoştinţele din această carte. În ceasul morţii sale, rabinul i-a ordonat să ducă cartea în orăşelul Okup. Acolo avea să caute un băiat pe nume Israel, fiul lui Eliezer. Pentru că numai tânărul Israel ben Eliezer, dintre toţi învăţaţii lumii, era cel care putea descifra sensurile mai profunde ascunse în această carte sacră.

Învățatul Yitzhak a plecat la Okup, o călătorie dificilă în vremurile acelea. L-a căutat pe Israel ben Eliezer și i s-a spus să nu-și piardă timpul cu acel băiat trândav. Oamenii din orășel nu puteau înțelege de ce băiatul își petrecea majoritatea timpului rătăcind singur prin pădure. Ei nu realizau că el învăța limbajul vântului, dansul albinelor și deprindea cele mai profunde precepte de înțelepciune ale pădurii.

Yitzhak l-a angajat pe băiat să-i facă diverse comisioane și a așteptat să se convingă că acesta este vrednic să vadă cartea. Ca parte a retribuției primite, băiatului i s-a dat un loc de dormit în grajdul din spatele casei. Intr-o noapte întunecoasă, Yitzhak a observat o lumină ce se vedea pe sub ușa grajdului. Îngrijorat ca nu cumva fânul din grajd să nu se fi aprins de la vreo lumânare, a ieșit în grabă din casă. Înainte de a ajunge la ușa grajdului, s-a uitat înăuntru printr-o fereastră și l-a văzut pe tânărul Israel cufundat în studiul unei cărți. Și ce să vezi! Băiatul radia lumină în concentrarea și extazul studiului său. Nu erau acolo, în noaptea aceea, nici un fel de lumânări aprinse.

În dimineața următoare, învățatul Yitzhak i-a dat lui Israel ben Eliezer *Cartea lui Adam*. Băiatul a fost rapid captivat de aceasta, studiind textul magic zi și noapte. Și din nou, ori de câte ori băiatul era aplecat deasupra cărții, o lumină strălucitoare umplea încăperea, la fel cum ar fi fost dacă erau acolo o mulțime de lămpi. Cu fiecare rând pe care îl citea, simțea un flux continuu de gânduri minunate, ca și când autorul i le-ar fi șoptit direct în minte.

Pentru a pătrunde înțelesul acestei experiențe este nevoie de un gen special de intuiție, un loc al cunoașterii lăuntrice necesar pentru a deprinde învățături care transcend limitele intelectului. Învățatului Yitzhak îi lipsea această cunoaștere, această profunzime. Din nefericire, oricât a încercat, Israel nu a reușit să-l învețe acest lucru pe fiul rabinului Adam. După multe încercări frustrante, Yitzhak l-a implorat pe Israel să folosească mijloace cabalistice pentru a-l invoca pe profetul Ilie, cunoscut tuturor ca Prințul Învățăturii.

Israel l-a rugat pe Yitzhak să mai aştepte; aceasta era o experienţă periculoasă. Dar Yitzhak a insistat.

Au postit şi s-au purificat timp de şase zile. Apoi au început ritualul de invocare a Prinţului Învăţăturii. Însă, pe când Israel intona unul din numele lui Dumnezeu, Yitzhak nu şi-a mai putut menţine concentrarea, gândurile luând-o razna. Acest incident s-a petrecut într-un moment critic şi a avut consecinţe îngrozitoare. În loc să-l invoce pe Prinţul Învăţăturii, în mod necugetat îl invocau pe Ilie ca Prinţ al Focului. şi, după cum se ştie, Prinţul Focului mistuie totul în calea lui, dacă nu-ţi construieşti cu stăruinţă un scut de credinţă pentru a te proteja.

Imediat cei doi si-au construit acest scut în imaginaţia lor. Ştiau că singura şansa de a supravieţui era să rămână treji până la răsăritul soarelui, când Prinţul Focului îşi pierdea puterea. Totul a fost bine până când, chiar înainte de revărsatul zorilor, Yitzhak nu a mai putut sta treaz. A moţăit timp de câteva secunde şi, cât ai clipi din ochi, Prinţul Focului l-a şi înhăţat.

De atunci încolo, Israel ben Eliezer a studiat singur *Cartea lui Adam*. A învăţat cum să invoce diferitele nume ale lui Dumnezeu care, toate, atunci când sunt pronunţate corect, au puterea să tămăduiască şi să îndrepte lumea. Posedând aceste cunoştinţe, a putut să menţină lumea într-o stare bună de funcţionare şi, din această cauză, este numit Baal Şem Tov, ceea ce înseamnă Stăpânul Numelui Sfânt.

MISTERELE VIEŢII ŞI ALE MORŢII

Există într-adevăr un sens şi o menire în viaţă şi în moarte? Există precepte înţelepte care dezvăluie adevărurile universale? Care este legătura dintre Adam şi Eva şi *Cartea lui Adam*? Cum sunt codificate preceptele de înţelepciune şi de ce anume este nevoie pentru a dezlega aceste coduri? Ce înseamnă să invoci protecţia divină şi cum se face acest lucru?

Care era deficienţa fiului rabinului Adam? De ce avem nevoie pentru a putea avea acces la preceptele de înţelepciune profunde?

Aceste întrebări, ca şi altele care îi preocupă pe cabalişti, frământă deopotrivă pe toţi oamenii. Ce este Dumnezeu? Care este menirea creaţiei? Ce este sufletul? Există într-adevăr suflete pereche? Ce se întâmplă după moarte? Există reîncarnare? Ce este aceea sfinţenie? Ce este adevărul? Ce este înţelepciunea? Care este fundamentarea credinţei? Există îngeri? Ce înseamnă, de fapt, rai şi ce este iadul? Se realizează într-adevăr ceva prin rugăciune? Care este fundamentarea iertării? Se poate sfârşi vreodată suferinţa pe această lume? Dacă avem un suflet, suferă acesta după moarte? Ce înseamnă să păcătuieşti? Ce este adevărata libertate şi, în sfârşit, ce practici spirituale putem folosi pentru a atinge o cunoaştere şi conştiinţă mai profunde şi o mai mare înţelepciune?

Acestea sunt problemele tratate în *Cartea lui Adam* şi de ele ne ocupăm în *Dumnezeu este un verb.*

Nu este ciudat că, deşi avem mari biblioteci în care se află la dispoziţia tuturor efectiv toată înţelepciunea lumii, şi deşi avem acces la un volum mult mai mare de informaţii decât cei mai mari învăţaţi si monarhi din trecut, nu am fost capabili să folosim suficient aceste cunoştinţe pentru a ne ridica cu adevărat nivelul cunoaşterii mai presus decât au putut-o face cei care au trăit acum câteva mii de ani? Mulţi ar spune că am suferit chiar un regres. Profesori eminenţi au împărtăşit elevilor toate cunoştinţele. Dar, cumva, elevii eminenţi sunt extrem de rari.

Lumea şi-a îmbunătăţit cunoaşterea în anumite domenii. Ne-am sporit volumul de informaţii ştiinţifice; ne-am perfecţionat tehnologiile; am făcut progrese în ştiinţele sociale şi în economie. Totuşi, cunoaşterea filosofică şi spirituală pare să se fi oprit în loc; se pare că nu am învăţat deloc din experienţa trecutului. Astăzi nu ştim nimic mai mult despre Creaţie decât ştiau grecii antici. Conceptele de rai şi iad rămân

un mister. A fost demonstrată eficacitatea rugăciunii pentru tămăduire, dar nu avem nici cea mai mică idee cum funcţionează aceasta.[8] Interconexiunea tuturor lucrurilor este un truism al domeniilor spiritual şi ştiinţific, dar pare mai mult ceva teoretic decât realitate practică.

ILUMINAREA ŞI DOBÂNDIREA CUNOAŞTERII

Unul din textele primordiale ale Cabalei, *Zohar*, lansează un apel către omenire, spunând: „Voi, fiinţe de pe pământ care sunteţi cufundate într-un somn adânc, treziţi-vă! Care dintre voi a acţionat pentru a transforma întunericul în lumină şi amărăciunea în mulţumire?"[9] Ne conjură: „Nu mai dormiţi Treziţi-vă! Ce mai aşteptaţi ?"

În lecturile şi călătoriile mele am strâns de-a lungul anilor precepte de înţelepciune din toată lumea. şi, pe legea mea, dacă aş putea să selectez şi să sintetizez tot materialul pe care l-am adunat, acesta ar putea fi în totalitate rezumat prin cele trei admonestări ale învăţăturii cabalistice: Treziţi-vă! Dobândiţi cunoaştere! Transformaţi întunericul în lumină!

Îndrumătorii spirituali conced în fond că adevărata cunoaştere nu provine din afara noastră, ci din lăuntrul nostru. şi nu îşi face apariţia pur şi simplu pentru că dorim noi acest lucru. Apare atunci când trăim într-un mod care suscită cunoaştere. Se naşte prin intermediul experienţei directe.

Iată un bun exemplu de experienţă directă; Gândiţi-vă la parfumul trandafirului. Dacă încercăm să-l descriem cuiva care n-a mirosit niciodată în viaţă o floare, nu reuşim. Este imposibil să redăm cu exactitate acest parfum prin intermediul limbajului. Putem să ne apropiem de adevăr prin referiri la experienţe similare" dar nu vom reuşi niciodată dacă recurgem numai la intelect. Dar, punând un trandafir în mâna cuiva, comunicarea noţiunii se realizează într-o clipită, fără ajutorul cuvintelor.

La fel este şi cu marile precepte de înţelepciune. Până în momentul când devin parte a experienţei noastre zilnice, acestea rămân abstracte. Mulţi oameni care sunt cercetători foarte serioşi ai doctrinelor spirituale au ajuns să cunoască un mare volum de informaţii, dar şi-au însuşit constitutiv foarte puţin. Putem să ne informăm despre experienţele spirituale ale altora sau putem integra în viaţa noastră de zi cu zi practicarea încărcată de sens a acestora. Putem învăţa despre misticism sau putem practica a fi mistici.

Cei mai mulţi dintre noi trăiesc o mare plăcere atunci când se află într-o grădină. Avem parte de delicii senzoriale: culori, forme şi parfum. La nivelul intelectului putem aprecia procesul de pregătire a solului, plantare a seminţelor, îngrijire a răsadurilor, aplicare a îngrăşămintelor, udare a plantelor şi a tuturor celorlalte activităţi pe care le necesită o grădină bine îngrijită. La nivel emoţional putem fi impresionaţi de unduirea inflorescenţelor, de gingăşia plantelor fragile, de pacea şi liniştea grădinii în anumite momente, ca şi de agitaţia şi tumultul de viaţă din altele.

Un mistic aflat într-o grădină are toate aceste trăiri, dar este totodată cuprins şi de altfel de trăiri contemplative. El încearcă să intre în conexiune cu sufletul fiecărei plante sau fiinţe care trăieşte în grădină, cu îngerii care plutesc pretutindeni şi cu interacţiunile dintre plante. Misticul contemplă scânteierile de sacralitate care se află în fiecare plantă şi insectă, ştiind că aceste scântei sunt ridicate la niveluri superioare de conştiinţă atunci când fructele sau legumele sunt ingerate de fiinţe cu conştiinţă superioară. În viziunea holistică a misticului, orice grădină - ca de altfel, orice aspect al creaţiei - este un microcosmos al Grădinii Edenului şi o reflectare a tot ceea ce se întâmplă în cosmos.

CE ESTE CABALA?

Cabala îi captivează şi îi uluieşte de multe secole pe cercetătorii şi teologii vestici. Învăluită în mister, tăinuită de societăţi secrete, ascunsă sub straturi multiple de simboluri absconse şi limbaj impenetrabil, a fost o sursă de fascinaţie pentru căutătorii adevărului spiritual din toate generaţiile ultimului mileniu. Chiar şi astăzi continuă să exercite un farmec straniu. şi totuşi, întrebat ce este Cabala, cine a inventat-o sau unde îşi ara obârşia, chiar şi celui mai expert cercetător îi este greu să dea un răspuns.

Cabala nu permite formularea unei definiţii simple în ceea ce o priveşte şi nici nu are un istoric foarte clar şi precis. Deşi cabaliştii conced asupra unor aspecte esenţiale, este imposibil să se prezinte o singură abordare sistematică care să cuprindă întregul spectru al viziunii cabalistice. Cabala nu este un sistem, cum cred unii. Este, mai degrabă, o concepţie, un mod de a percepe latura realităţii. În esenţă, Cabala se întemeiază pe conceptele mistice privind viaţa, moartea, creaţia şi creatorul. Ea ne tălmăceşte misterele vieţii, ne explică modul în care funcţionează creaţia, ne arată încotro ne îndreptăm şi cum ajungem acolo.

Termenul de „Cabala" este un derivat al iudaismului, provenind de la rădăcina ebraică kbl, care înseamnă a primi. Întrebările firesti care se pun sunt: Ce este ceea ce primesc cabaliştii şi de la cine primesc acel lucru?

Există două puncte de vedere în ceea ce priveşte transmiterea învăţăturilor Cabalei. Unul. susţinut de şcoala teosofică, prevede că doctrina mistică trebuie transmisă pe calea profesor-discipol este cel mai răspândit curent în Cabala ebraică, iar preceptele sale au un pronunţat caracter abstract, fiind imposibil de înţeles fără îndrumare. Ele nu pot fi învăţate din cărţi, în temeiul prezumţiei că tainele subtile ale Cabalei necesită interpretarea unui profesor competent.

Cealaltă şcoală, orientată către experienţa directă a fiecăruia, se numeşte Cabala Extatică.[10] Recurgând la tehnicile

de meditație, cel care studiază Cabala intră într-o stare de conștiință modificată și primește cunoaștere profundă de la Necunoscut și Incognoscibil. Pentru aceasta nu este nevoie de profesor întrucât transmiterea cunoștințelor se face printr-un canal de comunicare direct între discipol și centrul Creației.[11]

Prin urmare, școala Cabalei Extatice presupune că oricine poate primi învățăturile privind adevărul universal prin intermediul unei conexiuni personale cu Divinitatea. Deși un profesor în carne și oase poate accelera în mod semnificativ evoluția și perfecționarea discipolului, profesorul suprem rămâne sursa vieții. Adesea acesta este reprezentat drept profetul Ilie, care îl vizitează pe discipol în vis sau în stările de adâncă meditație.

Cabaliștii tradiționali au trăit totdeauna conform preceptelor religioase; au făcut uz de o mare varietate de practici spirituale cunoscute numai lor. Fiecare acțiune, sentiment și gând era, cântărit conform unui cod de legi amănunțit, care conținea prevederi deosebit de detaliate privind toate aspectele unui comportament uman acceptabil. În plus, studiau aceleași texte, cunoșteau în profunzime aceleași controverse talmudice complexe și respectau îndeaproape un calendar identic al evenimentelor. Punctul de gravitație al vieții lor îl constituiau rugăciunea, studiul *Torei*, Șabatul și sărbătorirea zilelor sfinte.

Ei „trăiau" Cabala. Aceasta era prezentă în orice activitate din viața lor. Asta nu înseamnă că trebuie să fii foarte religios pentru a putea aprecia misticismul iudaic. Multe dintre preceptele cabalistice sunt universale și conțin înțelepciune valabilă pentru noi toți. Dar înseamnă că preceptele Cabalei ne vor fi folositoare numai dacă învățăm cum să o trăim, cum să o aducem în relația noastră de zi cu zi cu Divinitatea. Dacă putem să facem asta, vom fi capabili să deschidem un întreg nou univers de sensuri în viețile noastre și să căpătăm o înțelegere clară a direcției fluxului de dezvoltare a umanității, deoarece cunoașterea cabalistică relevă principiile creației.

Cabaliștii extatici sunt mult mai interesați de

experienţa comuniunii cu Divinitatea decât de orice altă aplicare a preceptelor teoretice sau utilizare ocultă a tehnicilor cabalistice. Astfel, în vreme ce abordarea teosofică apreciază la nivel intelectual interconexiunea complexă a ritmurilor cosmice, cei din şcoala cabalistică a experienţei directe optează pentru angajarea activă în practică, care nu numai că dezvoltă capacitatea noastră de a auzi muzica celestă, ci ne şi impulsionează să dansăm pe această muzică.

PROFESORII MEI

Profesorii mei de ani de zile, ambii personalităţi foarte bine cunoscute, sunt rebe Shlomo Carlebach şi rebe Shlomo Schachter-Shalomi. Aceşti doi învăţaţi, fiecare în felul său, au exercitat o puternică influenţă asupra iudaismului modern. Au fost buni prieteni şi fraţi întru suflet timp de patruzeci de ani. Shlomo a murit în 1994; Zalman continuă să transforme lumea iudaică cu mesaje care se adresează sufletului.

Maeştrii Zalman şi Shlomo au realizat cu mulţi ani în urmă că în viaţa iudaică de după Holocaust era nevoie de ceva complet diferit. În vreme ce formele de manifestare exterioare ale iudaismului continuau sa fie practicate şi să existe, substanţa spirituală a religiei fusese grav afectată prin dispariţia celor şase milioane de evrei.

O treime din evreii lumii au pierit la începutul anilor '40; aceasta era o tragedie de proporţii colosale. O catastrofă şi mai cumplită pentru iudaism era faptul că printre cei morţi se afla un mare număr de credincioşi practicanţi, care respectau întru totul preceptele religioase. Se estimează că în Holocaust au pierit peste cincizeci la sută din credincioşii pioşi; unii susţin că este vorba chiar de 80%. În consecinţă, au dispărut majoritatea profesorilor şi îndrumătorilor spirituali şi multe structuri de transmitere a preceptelor hasidice şi cabalistice au fost complet distruse.

După Holocaust, majoritatea evreilor supravieţuitori

şi-au păstrat cultura spirituală, dar numai o mică parte dintre aceştia s-au simţit în stare să continue practicile spirituale ale religiei. Respectarea Şabatului, a mâncării caşer şi relaţionarea permanentă la ciclul anual de sărbători religioase nu-şi găseau loc în viaţa majorităţii evreilor. Pentru mulţi dintre ei spiritualitatea iudaică părea să fie ceva ce aparţinea trecutului. Sufletul iudaismului fusese surghiunit.

Evident că diferiţi lideri ai iudaismului au reacţionat în mod diferit la această situaţie. Unii sunt convinşi că învăţământul tradiţional în *ieşiva* reprezintă modalitatea de revitalizare a spiritualităţii. Alţii stăruie asupra rolului vechilor ritualuri. Una dintre abordările mai recente este denumită renaşterea iudaică. Scopul acesteia este de a da vitalitate iudaismului: a-i creşte şi îmbogăţi, sufletul, a-i adânci conţinutul spiritual, a-i deschide inima către nevoile umanităţii pentru a avea relevanţă în lumea modernă.

Cel mai de seamă promotor şi mistic-vizionar al renaşterii iudaice este Zalman. Shlomo a fost poetul menestrel pentru cei implicaţi în această mişcare. El a transformat felul în care lumea iudaică se roagă şi cântă; pe când Zalman a influenţat şi continuă să exercite o puternică influenţă asupra modului de viaţă a foarte multor evrei.

SCHIMBAREA TIPARULUI CONCEPŢIEI

Pe parcursul ultimelor câteva decenii, culturile religioase au fost puternic influenţate de o gândire inovatoare. Ca unul din capii mişcării de creare a noii concepţii, rebe Zalman a descoperit căi prin care să fie deschise noi porţi de cunoaştere, care fuseseră blocate timp de sute de ani. Prin aceasta a ajutat mii de oameni să realizeze o nouă relaţie cu iudaismul,

Zalman afirmă; „La un moment dat religiile se refereau la un produs. Acesta era comportamentul virtuos; era credinţă, speranţă şi milostenie. Oamenii aveau noţiunea că

există ceva pe care îl vor căpăta o răsplată aflată la capătul drumului. Aceasta se potrivea cu vechea concepție a Evului Mediu. Dar acum s-a produs o schimbare. Pe oameni îi interesează procesul ca atare. Acesta este viu."[12]

Lumea este un tot integrat și nu o adunătură de părți componente. Nu mai putem gândi ca persoane individuale separate, ci, mai degrabă, ca membri, părți integrante ale comunității globale. După cum spune Zalman: „Steagul nu flutură în vânt; vântul nu flutură steagul. Steagul și vântul interacționează."[13] Cu alte cuvinte, persoanele individuale și națiunile nu există separat; toți oamenii și toate lucrurile sunt în interconexiune. Conceptul de cașer trebuie amendat și reformulat

În ceea ce Zalman numește eco-cașer. Ideea tradițională de cașer se bazează pe vechile legi referitoare la ceea ce este adecvat pentru a fi mâncat de evreii credincioși. Legile provin din poruncile biblice. Ele prevăd că animalele trebuie tăiate în anumite moduri, carnea conținând orice reziduu de sânge neputând fi mâncată; anumite vietăți și animale marine sunt interzise; carnea și produsele lactate nu pot fi amestecate, conform poruncii care spune că un pui de animal nu poate fi gătit în laptele mamei sale. Dar aceste legi nu se referă la aditivii chimici, la tipurile de ambalare a alimentelor, la exterminarea speciilor și a pădurilor. Cum putem afirma că ceva este cașer dacă poartă în sine germenele distrugerii omenirii? Cum putem mânca ceva dacă asta implică dispariția unei specii? Cum putem folosi un produs dacă asta presupune că alții au de suferit? Acestea sunt probleme de colosală însemnătate în zilele noastre și nu pot fi separate de sensul esențial al credințelor noastre religioase.

Zalman se întreabă: „Este electricitatea provenită de la un reactor nuclear cașer?" și „Este ceva îmbuteliat într-o sticlă de unică folosință mai cașer sau mai puțin cașer decât ceva îmbuteliat într-o sticlă reutilizabilă?"[14]; Acest mod de abordare a noțiunii de cașer vizează mai degrabă spiritul religiei decât litera legii. Opiniile lui Zalman privind legile religioase

concordă cu noua concepție. „Trebuie să renunțăm la noțiunea de lege și să utilizăm noțiunea de descoperire a legilor naturii... În acest context, relația noastră de tip vechi în calitate de copii ai unui Dumnezeu-tată, supuși ai unui Dumnezeu-împărat sau inculpați aflați în puterea unui Dumnezeu-judecător s-ar schimba într-o relație de tipul de la prieten la prieten, persoană iubită față de persoană iubită, partener la partener".[15] Și spune în continuare: „Nu numai că noi suntem partenerii lui Dumnezeu - și Dumnezeu este la rândul său partenerul nostru.[16] Cuvântul „pace", spune el, este în sine o contradicție pentru că, în mod obișnuit, este tratat ca un produs, ceva ce poate fi avut, un substantiv. Dar trebuie privit mai curând ca un proces în desfășurare, o relație interactivă și reciprocă avută continuu în grijă, mereu adaptată și alimentată, Acest mod de abordare trebuie desigur aplicat oricărui tip de relații, întrucât o relație este, prin definiție un proces care necesită o permanentă și deosebită atenție. Universul este pururea într-o interacțiune dinamică și reclamă grijă și prevedere continuă.

Rebe Zalman este vestit pentru interesul manifestat pentru multe domenii de cunoștințe și pentru toate cultele. El afirmă: „Mă consider practicant iudeu al unei religii universale".[17] La fel ca un empirist, Zalman caută adevărul. Am aflat multe referitor la ceea ce este adevărat și ce nu. Teza sa este că trebuie să fim pregătiți să mergem înainte în spiritul adevărului, chiar dacă acest lucru înseamnă că trebuie să renunțăm la unele lucruri.

Se consideră superior unei simple încadrări din punct de vedere confesional. Etichetările și definițiile presupun o credință statică, în vreme ce în prezent trebuie să fim flexibili. Problemele vieții moderne necesită o adâncă cunoaștere și putința de adaptare. Cu toate acestea, este ferm convins că religia tradițională ne poate învăța multe. Ritualul este deseori încărcat de mesaje codificate pe care înțelepții din vechime au dorit să le transmită, dar nu au putut-o face în cuvinte. Astfel, orientarea către înnoire nu înseamnă eliminarea în bloc a vechilor tradiții și obiceiuri, ci evaluarea tuturor dintr-o

perspectivă nouă, corectă. Pentru aceasta este nevoie de o cunoaştere şi putere de pătrundere considerabile.

DEFINIŢII: *TORA, TALMUD, MIŞNA* ŞI *MIDRAŞ*

Există mai multe definiţii ale cuvântului *Tora*. În mod normal, *Tora* înseamnă documentul ca atare, conţinând cele cinci cărţi ale lui Moise: *Geneza, Exodul, Cartea Numeri, Leviticul* şi *Deuteronomul*. Într-o definiţie mai largă, unii includ în *Tora* şi *Cărţile Profeţilor*, precum şi Hagiografele. *Cărţile Profeţilor* cuprind Iosua, Judecătorii, Samuel, Regii, Isaia, Ieremia, Ezechiel şi altele. Hagiografele cuprind: Proverbele, Iov, Cântarea cântărilor, Ruth, Plângerile, Eclesiastul, Estera, Daniel şi aşa mai departe. Toate acestea sunt cunoscute în mod obişnuit sub numele de *Vechiul Testament*. Mai exact, această culegere de scrieri se numeşte *Tanah*, ceea ce provine de la literele ebraice tnkh, reprezentând *Tora*, Nev'im (Profeţii) şi Ketuvim (Hagiografe).

Tora este considerată a fi legea scrisă. Totuşi, o lectură atentă a textului relevă net multe secţiuni care par că se contrazic una pe cealaltă sau sunt ambigue. Inconsecvenţele indică faptul că avem nevoie de mai multe informaţii pentru a putea înţelege sensurile exacte ale legii. Astfel, se spune că Moise a explicat înţelesurile legii scrise prin comunicarea orală. Această Lege Orală constituie baza de soluţionare a multor dificultăţi întâmpinate în textul scris. Şi ,într-adevăr, cele mai complicate probleme legate de lege sunt deseori rezolvate cu răspunsul: „Aşa provine direct de la Moise, de pe Muntele Sinai".

Pe lângă dificultăţile ridicate de descifrarea sensului textului scris, mai există şi o altă problemă. Cele cinci cărţi ale lui Moise au fost scrise iniţial în ebraică fără vocale, aşa cum sunt toate sulurile *Tora*. Limba ebraică este astfel construită

încât substituirea vocalelor poate schimba total sensul unui cuvânt. Este ca şi cum am avea un cuvânt reprezentat prin literele PN, acesta putând fi pană. păun, pâine, peon. pin, pian, pun etc. De obicei, cuvântul exact poate fi dedus din contextul în care apare, dar unele porţiuni ne pot lăsa în mare încurcătură. De exemplu, imaginaţi-vă că citiţi o frază, care sună aşa: „Dacă ştii să foloseşti cum trebuie un PN, eşti îndreptăţit să primeşti un premiu de un milion de dolari".

Înţelegerea sensului unei fraze poate deveni şi mai dificilă dacă literele P şi N ar simboliza codificat alte litere. De pildă, litera P se aseamănă ca formă şi sunet cu litera B. Litera N seamănă cu un Z întors pe o parte. Astfel, PN poate fi expresia codificată pentru cuvinte ca ban, bun. benă, bon, bază, buză, boz. bâz etc. Si tocmai asta fac cabaliştii pentru că ei întotdeauna caută dincolo de ceea ce este evident. Totul este privit ca metaforă ce cuprinde precepte ascunse. Pentru misticii iudaici, un premiu de un milion de dolari nu are nici o valoare în comparaţie cu experienţa decodificării unui mesaj de la Dumnezeu.

Multe dintre sensurile *Torei* scrise, decodificate şi explicate la diferite niveluri, au fost incluse în culegerea de învăţături cunoscută sub numele de Legea Orală. Aceasta este şi ea considerată *Tora*. Întrebaţi: Câte *Tora* există?, maeştrii talmudici Şamai şi Hilel au răspuns amândoi: „Două, una scrisă şi una orală."[18]

Tora orală a fost transmisă timp de o mie de ani prin viu grai de la profesor la discipol, Modalitatea de a reţine aceste învăţături este de a le repeta mereu şi mereu. În ebraică verbul care înseamnă „a repeta" este *şanah*; astfel, Legea Orală primordială a ajuns să fie denumită *Mişna*.

În vechime, acum două mii cinci sute de ani, oamenii aveau o memorie prodigioasă. Memorarea cuvânt cu cuvânt a textului integral al *Torei* scrise - inclusiv Profeţii şi Hagiografele - era pentru ei o joacă de copil. Se spune că învăţaţii aveau o memorie atât de precisă şi reţineau totul atât de fidel, încât puteau fi testaţi prin străpungerea cu un ac a

paginilor unei cărți. Învățatului i se spunea prin ce cuvânt a trecut acul pe prima pagină și i se cerea să menționeze prin ce cuvânt trece acesta pe următoarele zeci și zeci de pagini.

Învățații memorau și un volum însemnat din legi (halaha) și din povestirile didactice (agada) care completau culegerea de materiale scrise. În fapt, memorau în detaliu sute de cărți.

Acum aproximativ două mii de ani însă, au început să-și piardă această capacitate. Țara Sfântă a fost cotropită sub Pompei,iar Imperiul otoman a impulsionat dezvoltarea comerțului în zonă, ceea ce, la rândul său, a produs schimbări în cultură și în concepții. În aceste condiții, sistemul de învățământ și studii erudite a fost distrus, iar *Tora* orală era în pericol de a fi pentru totdeauna pierdută. În consecință, la începutul secolului al treilea, Iuda ha-Nasi a transpus *Mișna* în formă scrisă.

Din cauză că *Mișna* este un corp de legi menit inițial pentru a fi memorat, textul este extrem de criptic. Fiecare sintagmă generează o serie întreagă de asociații. Văzând cuvintele „Cu optzeci", nici nu trebuie să mai citim mai departe pentru a deduce că este urmat de „și șapte de ani în urmă, strămoșii noștri", întrucât intuim că este vorba de începutul discursului lui Lincoln de la Gettysburg. Dar. odată cu trecerea secolelor, nu mai putem fi siguri de formularea specifică ori chiar de intențiile conținute într-o sintagmă, deoarece se poate ca ea să fi privit inițial ceva cu totul diferit.

În vremea lui Iuda ha-Nasi trecuseră mai bine de o mie de ani de nelămuriri la redactarea *Torei* scrise. Au apărut multe nelămuriri în ceea ce privește asociațiile și sensurile formulărilor ultraconcise din Legea Orală. S-au născut diferențe de opinii în ceea ce privește modul în care trebuie interpretate anumite afirmații din *Mișna*. S-au creat diferite curente de opinie, fiecare cu propriul său punct de vedere referitor la cum trebuie citit textul. În cadrul mai multor academii au avut loc discuții și dezbateri în legătură cu aceste diverse interpretări, creându-se în felul acesta un mare volum

de noi comentarii. Acestea au fost transpuse în formă scrisă în secolul al şaselea şi formează ceea ce numim *Talmudul* babilonian - *Talmudul* de bază, folosit în ziua de azi. Prin secolul al treilea sau al patrulea fusese redactată versiunea anterioară şi mai puţin cunoscută a acestuia, *Talmudul* din Ierusalim.[19] Astfel încât, *Talmudul* reprezintă concentrarea comentariilor care explică *Mişna* - Legea Orală.

Ca orizont de cuprindere, *Talmudul* este enciclopedic. Cercetează sensul cuvintelor, analizează de ce unele cuvinte sunt din punct de vedere fizic alăturate altora, de ce unele sunt ortografiate într-un anumit fel, de ce altele se repetă, de ce evenimentele au loc într-o ordine specifică, ce reprezintă, de fapt, diferitele nume de persoane şi locuri, care au fost adevăratele sensuri şi intenţii iniţiale ale legilor şi aşa mai departe. Două treimi din *Talmudul* babilonian se referă la sensul legilor iudaice; o treime cuprinde povestiri moralizatoare şi predici care se constituie, prin ele însele, într-un material pentru cercetări aprofundate.

Logica utilizată în raţionamentele talmudice nu este aristotelică, aceea pe care o folosim în gândirea obişnuită. Logica aristotelică este formată din silogisme. Dacă A este mai mare decât B, iar B este mai mare decât C, atunci este A mai (mare sau mai mic decât C? Desigur, vom spune că este mai mare. Minţile noastre sunt învăţate să gândească aşa.

Dar raţionamentele talmudice folosesc o formă de logică numită hermeneutică, constând dintr-un set complicat de principii, care iau în considerare lucruri precum localizarea, repetiţia sau sensul cuvintelor. Dacă negrul se referă la alb într-un loc şi negrul se referă la o casă în alt loc, trebuie să existe o legătură între alb şi casă. Asta nu este logic potrivit regulilor lui Aristotel, dar este o metodă obişnuită a hermeneuticii, potrivit spuselor rabinului Adin Steinsaltz, care şi-a luat asupră-şi sarcina colosală de a traduce în ebraică şi engleză *Talmudul*, care este scris în cea mai mare parte în limba aramaică; există sute de reguli pentru acest tip de raţionament.[20]

Astfel, *Talmudul* îl conduce pe cel care-l studiază în alte planuri de gândire, cu moduri diferite de a analiza lucrurile. Cabala merge chiar mai departe, recurgând deseori la metodologie intuitivă, care depăşeşte cu mult logica hermeneutică. Astfel, celor care studiază *Tora* le sunt deschise toate căile de explorare, reprezentând un vast potenţial. De aceea, mulţi studiază *Tora* şi *Talmudul*, parcurgând adesea acelaşi text an după an, fără ca măcar să se apropie de o eventuală epuizare a bogăţiei materialului.

În plus, drept rezultat al studiului intens asupra scrierilor biblice, a luat naştere un gen unic de literatură rabinică. Acest gen de literatură se numeşte *Midraş*, cuvântul provenind de la rădăcina ebraică drsh, care înseamnă „a cerceta", „a investiga". Din cauză că aceste studii au avut subiecte şi abordări diferite, multe dintre tezele conţinute în *Midraş* se contrazic una pe alta. Obiectivul cercetării nu a fost însă de a crea o perspectivă coerentă asupra sensurilor ascunse ale *Torei*, ci de a extinde la cea mai mare magnitudine imaginabilă varietatea interpretărilor posibile ale fiecărui precept.

Misticismul iudaic se bazează pe toate aceste surse. *Tanah*, *Mişna*, *Talmudul* şi *Midraş* sunt principalele materiale-sursă ale scrierilor cabalistice. Cabala a creat o nouă perspectivă şi metode diferite pentru facilitarea înţelegerii lor, devenind astfel un gen nou de literatură iudaică per se.

Întrucât materialele existente referitoare la misticismul iudaic însumează un volum enorm, o abordare sistematică şi logică a subiectului trebuie, din necesitate, să opereze o selecţie a acestuia. Aproape orice idee din Cabala îl poate antrena pe cercetător într-un studiu cuprinzând multe aspecte care îl abat de la obiectivul principal. Deşi, în principiu, orice aspect al doctrinei iudaice poate fi abordat din perspective opuse, multe precepte ale misticismului iudaic sunt deosebit de relevante pentru lumea de azi.

Am făcut o selecţie dintre acestea pentru a-l ajuta pe cititorul interesat să pătrundă misterele Cabalei. Sper ca

prezenta privire de ansamblu să-şi atingă scopul, acela de a se constitui într-un rezervor de precepte ale înţelepciunii iudaice prin care să ne cufundăm în tezaurul ştiinţei mistice din vechime despre cine suntem, de unde venim, încotro ne îndreptăm şi cum ne împlinim destinul. Odată pătrunse şi înţelese aceste precepte, nu vom mai privi lumea cu aceiaşi ochi.

Scopul acestei cărţi este să-l ajute pe cititor în a folosi Cabala pentru a cerceta amănunţit misterele vieţii, descoperind explicaţii practice prin care să poată crea noi conexiuni şi legături sufleteşti cu Sursa Divină a existenţei. Îmbinând teoria cu practica, cititorul nu numai că va deprinde principiile mistice, ci chiar va începe cu adevărat să integreze metodele cabalistice în viaţa sa. Cartea este menită să furnizeze o serie de experienţe, fiecare dintre acestea reprezentând un segment al unui cerc. Imaginea devine clară când cercul este complet; fiecare parte completează întregul şi-i este necesară. Exerciţii-le şi meditaţiile sunt la fel de importante ca informaţiile teoretice; povestirile hasidice sunt la fel de edificatoare ca ilustraţiile.

Misticismul iudaic a fost ţinut secret timp de mii de ani atât faţă de evrei, cât şi de neevrei. A venit timpul să deschidem această lume de bogăţie spirituală pentru a putea fi apreciată de toţi. Fie să ne bucurăm cu toţii de binecuvântarea de a ne maturiza şi dezvolta împreună, într-o angajare şi cunoaştere mereu mai mari, de a aduce o conştiinţă nouă lumii şi de a avea parte de pace adevărată în timpurile noastre.

PARTEA I
TRECUTUL

MA 'ASEI BEREŞIT
(Opera Creaţiei)

ÎNĂLȚAREA SCÂNTEILOR DE DIVINITATE

Shlomo Carlebach a fost unul din marii îndrumători spirituali evrei ai acestui secol. Muzica lui poate fi auzită în sinagogile și la mesele de Șabat din lumea întreagă. Aceste melodii sunt astăzi atât de puternic integrate tradiției iudaice, încât au devenit clasice. Era adorat de sute de fani din toată lumea. A fost cu adevărat un fenomen care a schimbat fața iudaismului modern.

Când a murit, la înmormântarea sa de la Ierusalim au luat parte mii de persoane. Procesiunea era divină, fiind prezenți acolo de la cei mai ortodocși evrei, toți în negru, cu streimel (căciuli căptușite cu blană) pe cap până la indivizi îmbrăcați țipător, purtând tricouri revopsite și berete psihedelice de tip rastafarian. Shlomo a reușit să miște inima tuturor acestor oameni cu muzica sa și cu sufletul său mare.

Maestrul Shlomo întârzia întotdeauna. El trăia într-o dimensiune proprie a timpului, care se dilata sau se contracta, în funcție de ceea ce se întâmpla în momentul dat. Ori de câte ori se afla în drum către o prelegere sau un concert, atenția putea să-i fie distrasă de orice persoană ce părea a se afla în nevoie. Era ca un șofer care nu poate să treacă pe lângă o mașină oprită pe marginea șoselei fără să-și ofere ajutorul. Astfel, un drum obișnuit de cincisprezece minute putea dura ore întregi. Se oprea pentru fiecare cerșetor: „Sfântă soră, timpurile sunt grele!" sau „Sfinte frate, ce pot face pentru a-ți fi de ajutor?"

Mai mult, el nu oferea pur și simplu bani și apoi pleca mai departe, așa cum fac ceilalți oameni. Nu, maestrul Shlomo se oprea pentru o scurtă conversație, pentru că fiecare neșma (suflet) făcea apel la el. Fiecare persoană era tratată ca și când ar fi fost un sfânt. Maestrul Shlomo era un mistic și era

convins că lumea îşi menţine echilibrul datorită capacităţii noastre de a ne ajuta între noi. Dacă cineva nu acorda asistenţă altei persoane, lumea poate fi distrusă. Credea asta cu adevărat.

Când intra într-o încăpere, indiferent cât de multă lume se afla acolo, Shlomo încerca să atingă fizic fiecare persoană prezentă. Câteodată o strângere de mână, dar, de obicei, o îmbrăţişare însoţea bucuria sinceră de a-l întâlni pe fiecare, oglindită pe chipul său surprinzător. De câte ori mă vedea, nu avea nici o importanţă că trecuse numai o zi sau un an întreg de când nu ne mai întâlniserăm; era de fiecare dată încântat la culme. Salutul său era îndeobşte un shlomoism tipic, un amestec de ebraică, idiş şi engleză argotică. Ceva în genul, „Mamaş! Heligeh bra te!" (Uau! Sfinte frate!)[1] De multe ori nu înţelegeam ce spune, dar ce importanţă avea? Zâmbetul şi îmbrăţişarea lui înmuiau şi pietrele. Îmi amintesc o întâmplare de la sfârşitul anilor '80, când maestrul Shlomo a ajuns la un apartament situat în zona Oraşului Vechi din Ierusalim, la ora 10 seara, deşi se zvonise ca va fi acolo cu două ore mai devreme. Sufrageria apartamentului era arhiplină. De pe la ora trei după masă se dusese vorba că în seara aceea urma să ţină o prelegere. Aşa venea el de obicei la Ierusalim: fără să fie anunţat oficial, fără afişe şi fără difuzarea unor înştiinţări scrise. Dar ştirea că se află în oraş se răspândea totdeauna cu extraordinară repeziciune. La numai câteva ore după aceea, vorbea în faţa unui public numeros.

În seara aceea a relatat celor prezenţi o povestire care este una din preferatele mele.

CUTIA DE MIRODENII

„Toată lumea ştie că cerşetorii pioşi sunt cei care ţin lumea laolaltă. Niciodată, dar absolut niciodată să nu treci pe lângă un cerşetor pios fără să-l bagi în seamă. Abate-te din drum, traversează strada ca să ajungi la el. De multe ori este chiar Eliahu ha-Navi (profetul Ilie) şi, oh. de-ai şti, dacă ai şti...

Sfinţii noştri învăţători ne spun - ştiaţi asta? - că trebuie să dăm milostenie unui cerşetor potrivit condiţiei sale sociale avute anterior. Unei persoane care a fost bogată trebuie să i se dea mai mult decât unuia care a fost sărac. În acest precept sunt ascunse tainele universului. Reflectaţi asupra lui în vreme ce vă povestesc istorioara cutiei de mirodenii.

Într-o zi, la Baal Şem Tov a venit un cerşetor. Dacă l-aţi fi auzit. Striga, gemea şi se tânguia zgomotos, spunând: „Ce fel de Dumnezeu este ăsta? Am fost bogat, am ajutat mulţi oameni, n-am refuzat pe nimeni, iar acum, uită-te la mine. Sunt în zdrenţe. Nu mai am nimic. Asta este răsplata mea?"

Sfântul Beşt (Baal Şem Tov) l-a ţintuit cu o privire pătrunzătoare. Toată lumea ştia că Beşt putea vedea în viitor şi în trecut. El i-a spus cerşetorului: „Moshe - vedeţi, i-a ştiut numele numai uitându-se la el - Moshe, de ce îl ocărăşti pe Cel Sfânt? Tot ce trebuie să faci este să-ţi examinezi cu atenţie viaţa şi vei înţelege."

Şi a continuat: „Îţi aminteşti de sărbătoarea de Iom Kipur de acum doi ani?" S-a oprit şi l-a privit pe Moshe. Acum, că îi captase atenţia. Cum putea Baal Şem Tov să ştie ce făcuse Moshe cu doi ani în urmă? Credeţi asta? Dar el ştia. Sigur că ştia. I-a spus lui Moshe: „Acum doi ani, pe când erai cel mai bogat om din oraş, te-ai dus la şil (sinagogă) de Iom Kipur având la tine cutia de mirodenii."

„Mulţi dintre voi ştiu", a spus în continuare Shlomo, „că deşi trebuie să postim de Iom Kipur, ne putem hrăni sufletul prin introducerea în trup a unei miresme. Astfel încât în ţara strămoşilor, oamenii obişnuiau să aducă mirodenii la sinagogă şi să circule din mână-n mână cutiile, pentru ca cei prezenţi să se mai revigoreze, mai ales după amiază, când postul devine cel mai chinuitor".

Shlomo nu a menţionat faptul că în zilele noastre, la Poarta de Apus, în serile de vineri, unii obişnuiesc să utilizeze mirodenii după slujba de seară. Unele din acestea au o mireasmă de fructe. Una în special se remarcă prin parfumul de banană coaptă, alta miroase a fructul pasiunii şi o a treia a

mango. De nenumărate ori am dus şi eu acasă o astfel de mirodenie pentru Shoshana sau pentru musafirii noştri.

Shlomo şi-a continuat povestirea. Aşa că, Baal Şem Tov i-a spus lui Moshe: „În ziua aceea ai mers prin toată sinagoga oferind cutia ta la toată lumea. Îţi aminteşti? Iar în partea din spate a templului se afla un *şleper*; (cineva greu apăsat de griji) întins pe o bancă. Iar tu ţi-ai spus, De ce să mă duc eu acolo, în spate pentru el, când poate el să vină la mine să ia cutia? Aşa că omul acela n-a primit nimic. Îţi aminteşti ?"

Moshe a încuviinţat din cap. Îşi amintea foarte bine! Iar Beşt a continuat: „Acel *şleper* postea de trei zile. Dacă ai fi ştiut cât de multă nevoie avea să miroasă mirodenii! Era atât de adânc cufundat în rugăciunile sale, că providenţa se deschisese larg în faţa lui. Când îngerii cereşti au văzut că nu te-ai dus să-i oferi cutia ta, au închis registrul judecăţii pentru tine. Ştii ce au scris în el? Au scris că tu îţi vei pierde tot avutul şi că acel *şleper* va deveni bogat în locul tău."

Moshe a sărit în sus indignat, spunând: „Vrei să spui că acel *şleper* deţine acum toţi banii mei? Ce şuţpah (insolenţă)! Cum pot să-i capăt înapoi?"

Iar Baal Şem Tov i-a răspuns: „Dacă găseşti un moment, orice moment, când îi ceri cutia cu mirodenii, iar el te refuză, toată averea ta îţi va fi înapoiată."

Vă puteţi imagina ce s-a petrecut în mintea lui Moshe? L-a căutat pe cel mai bogat om din oraş, iar, când l-a văzut, a ştiut că era acel *şleper*. A început să-l urmărească. A aflat totul în privinţa lui: când pleca de acasă dimineaţa şi la ce oră se întorcea seara; când se ducea la sinagogă şi de unde cumpăra flori pentru soţia sa. Moshe se străduia să descopere momentele când acesta s-ar afla în cea mai mare grabă, tracasare sau irascibilitate. A descoperit momentul ideal. Era în ajun de Şabat şi bogătaşul se grăbea spre casă încărcat de pachete, deoarece soţia sa era nerăbdătoare să termine gătitul bucatelor. Moshe l-a aşteptat ascuns în tufişuri şi, când acesta a trecut pe lângă el, i-a sărit în faţă, spunând: „N-ai un pic de mirodenii şi pentru mine?"

Omul s-a oprit brusc, a ezitat câteva secunde, apoi a început să pună pachetele jos, unul câte unul. A durat vreun minut. Apoi şi-a băgat mâna în buzunar şi a scos cutia. Moshe, groaznic de decepţionat, s-a îndepărtat, fără să catadicsească măcar să-l ajute pe om să-şi ia pachetele de jos.

În următoarele două luni, Moshe a mai încercat de câteva ori să-l abordeze pe bogătaş. Cu o ocazie, l-a oprit în mijlocul unei ploi torenţiale, când toată lumea alerga care încotro să se adăpostească, dar bogătaşul i-a oferit totuşi cutia de mirodenii, cu toate că aceasta i-a fost udată de ploaie.

Cu o altă ocazie, Moshe l-a acostat pe când se îndrepta către o întâlnire importantă de afaceri, dar iarăşi bogătaşul i-a oferit cutia. Moshe l-a abordat în sinagogă, în mijlocul rugăciunilor, la bancă, pe când făcea o depunere şi chiar într-un local public, când se ducea la toaletă. Dar, de fiecare dată. cutia de mirodenii îi era oferită neîntârziat.

În cele din urmă, Moshe s-a gândit la o soluţie care nu putea să dea greş. L-a aşteptat într-o vineri dimineaţa la mikve[2], sfântul bazin comunitar cu apă în care se cufundă în mod tradiţional bărbaţii pentru a se pregăti pentru Şabat. După ce bogătaşul s-a dezbrăcat de toate hainele şi venea leoarcă de la duş, tocmai când se pregătea să intre în mikve, Moshe s-a apropiat şi i-a cerut mirodenii. Şi, fie că vă vine să credeţi ori nu, s-a întâmplat lucrul cel mai uluitor. Bogătaşul s-a întrerupt din ceea ce făcea, s-a şters cu un prosop şi s-a dus în vestiar să-şi ia cutia.

Descurajat, Moshe era cât pe ce să renunţe. Dar s-a mai ivit o ocazie. Peste două săptămâni se mărita fiica bogătaşului, iar Moshe şi-a închipuit că-l poate prinde în capcană cu ocazia nunţii. În ziua fixată, Moshe s-a dus la nuntă. „Ştiţi, prieteni - a adăugat Shlomo - că este de mare importanţă să aducem oameni săraci la nuntă. Pe vremea aceea oamenii obişnuiau să caute pe stradă vreun străin, pe care să-l poată invita. Ştiau că asta aduce noroc tinerilor căsătoriţi. În ziua de azi nu ne mai gândim la lucruri de genul acesta, dar poate că ar trebui s-o facem." Oricum, Moshe stătea acolo în

zdrenţele lui murdare, aşteptând o ocazie prielnică pentru a-l prinde în cursă pe oponentul său. Când a început să cânte muzica, l-a văzut pe bogătaş că începe să danseze cu fiica sa, mireasa, şi a ştiut că era momentul ideal să-l deranjeze. Aşa că, s-a îndreptat spre podiumul de dans, l-a bătut pe umăr şi i-a cerut mirodenii. Într-adevăr, era momentul ideal. Dar asta n-a avut nici o importanţă. Bogătaşul şi-a întrerupt dansul cu fiica iubită, a băgat mâna în buzunar şi i-a oferit lui Moshe cutia. Moshe era copleşit. Uluit şi speriat de incredibilul spirit de generozitate al omului, a fost cuprins de o ameţeală din ce în ce mai mare şi a leşinat chiar acolo, pe podiumul de dans.

Când şi-a revenit, i-a povestit întreaga istorie. I-a relatat despre Baal Şem Tov şi despre cum a aflat despre propriul său eşec de a nu fi oferit tuturor cutia de mirodenii de Iom Kipur. Bogătaşul i-a spus: „Ştii, Moshe, nu m-am îndoit nici o clipă că tot ceea ce mi s-a întâmplat. mai ales în ultimii câţiva ani, este un mesaj de la Stăpânul Universului. Dar acum că văd că ai suferit atât de mult, trebuie să-ţi spun că voi împărţi cu tine în mod egal toată bogăţia pe care o am."

Şi aşa se face că oraşului aceluia i s-a dus vestea pentru cei doi bogătaşi, care au dat din ce în ce mai multă ţadaka (milostenie) de-a lungul anilor. Spiritul de generozitate a atins culmi nebănuite în vremurile acelea. Şi, apropo, în oraş s-au oferit mirodenii mai mult decât oricând până atunci sau de atunci încolo.

Când a terminat de povestit, Shlomo a cântat un frumos nigun (cântec fără cuvinte). Povestirea conţine câteva precepte cabalistice de bază. Faptele cuiva, mai ales cele generate de iubirea de aproape, au un impact profund asupra universului. Chiar acţiunile minore pot avea consecinţe serioase; renumele şi averea unei persoane pot atârna de o singură întorsătură a soartei; tot ceea ce ni se întâmplă este conectat la o reţea complexă de variabile. Mai mult, forţe angelice sunt asociate gândurilor, cuvintelor şi faptelor noastre. În cele din urmă, acţiunea spirituală de profunzime poate deschide porţile providenţei; un maestru spiritual poate avea

cunoaşterea adâncă a destinului cuiva; iar scânteile de divinitate pot fi antrenate şi făcute să se arate ca o faptă atât de insignifiantă precum oferirea unei cutii de mirodenii. Şi toate astea cuprinse într-o singură povestire hasidică.

SCÂNTEILE DE DIVINITATE

Unul dintre cei mai influenţi cabalişti din istoria misticismului iudaic a fost Isaac Luria, cunoscut drept Ari (Leul), care a trăit în secolul al şaisprezecelea. Se spune că Luria a trăit în Egipt, în semiizolare, timp de peste zece ani, revenind în locul său de pustnicie, aflat într-o insulă de pe un râu, numai într-o singură zi pe săptămână - de Şabat. La aproape treizeci de ani, a plecat în oraşul Safed, nu departe de Ierusalim, unde i-a întâlnit şi îndrumat pe mulţi dintre cabaliştii celebri, care locuiau acolo în vremea aceea. Luria avea o viziune total nouă. În numai câţiva ani, concepţia sa mistică şi-a manifestat într-o asemenea măsură forţa de convingere, încât a schimbat spectaculos cursul iudaismului.

O mare parte a doctrinei cabalistice contemporane se referă la antrenarea scânteilor de divinitate. Aceasta provine din concepţia lui Luria, care afirma: „Nu există sferă a existenţei, inclusiv de divinitate (natură organică sau anorganică), care să nu fie plină de scântei de divinitate alese ce sunt amestecate cu kelipot (coji şi pleavă) şi trebuie separate de acestea".[3]

Imaginaţi-vă că sunteţi un artizan şi aveţi la dispoziţie o anumită cantitate de aur lichid, care trebuie turnat într-o matriţă pentru realizarea unei opere de artă perfecte. Această operă de artă va răspândi o lumină magică, care va umple lumea şi va produce cea mai înaltă cunoaştere şi conştiinţă posibilă în întreaga creaţie. Însă, când turnaţi aurul în tipar, se întâmplă ceva groaznic: tiparul crapă şi multe particule de aur se scurg din el.

Singura cale de a finaliza totuşi opera de artă este să adunaţi tot aurul scurs laolaltă, astfel încât să-l puteţi turna din nou în matriţă. Dar, pe măsură ce aurul curge şi se întinde, particulele se desfac şi se separă, până când nenumăraţi atomi de aur sunt răspândiţi pe toată întinderea creaţiei, fiecare înfăşurat într-o pojghiţă de praf, care-l ascunde vederii. Aurul se răspândeşte în toate părţile şi singura posibilitate de a reuşi să vă finalizaţi opera de artă este să apelaţi la ajutorul multor altor oameni pentru a aduna aurul.

Aurul reprezintă lumina conştiinţei divine, iar fiecare atom este o scânteie, o picătură de divinitate. Dacă ar fi adunate laolaltă într-un singur loc - nu un loc fizic, ci, simbolic, centrul universului - toate aceste scântei - ar radia cunoaşterea şi conştiinţa supremă. Dar răspândite, scânteile alunecă spre niveluri din ce în ce mai opace ale conştiinţei, reprezentate de cojile sau pleava (kelipot) în care sunt înfăşurate.

Artizanul şi aurul scurs sunt o simplă metaforă folosită pentru a ilustra Cosmologia lui Isaac Luria, cunoscută sub denumirea de Spargerea vaselor. Cosmologia îşi are originea în primele versete din *Geneză*, care sună aşa: „Şi pământul era netocmit, fără formă (tohu) şi gol (bohu); întuneric era deasupra adâncului (tohum)".[4]

Cuvântul „tohu" înseamnă haos, zăpăceală[5], sau încâlceală.[6] Acest haos primordial a fost considerat de Luria ca fiind situaţia în care vasele ce trebuiau să conţină lumina creaţiei s-au spart, iar lumina a fost astfel ascunsă în „adânc". Adâncul este o aluzie la moarte.[7] Astfel, aurul este pierdut.Însă, dimpreună cu haosul mai era goliciunea (bohu), ceea ce implica faptul că mai existau şi alte vase gata să primească lumina.[8] Prin urmare, bohu reprezintă potenţialul creaţiei şi se numeşte în Cabala Universul Tikun (Îndreptare).[9] Universul Tikkun este un container pentru strângerea aurului pierdut. În limbaj cabalistic, aurul din povestirea noastră este numit niţoţot: scântei.[10]

Fiecare particulă din universul nostru fizic, fiecare structură şi fiecare fiinţă sunt un înveliş care conţine scântei de divinitate. Îndatorirea noastră, conform afirmaţiilor lui Luria, este de a elibera scânteile din înveliş şi de a le înălţa, astfel încât să se poată reîntoarce la starea iniţială. Ele pot fi antrenate şi înălţate prin acţiunile bazate pe iubirea aproapelui, viaţa în armonie cu universul şi printr-o mai acută conştientizare.

Implicaţiile acestui precept sunt enorme. În fiecare moment al existenţei noastre dispunem de potenţialul de a antrena scântei de divinitate. Dacă nu ne dăm seama de această capacitate şi suntem afoni ori absenţi din punct de vedere spiritual, atunci nu reuşim să realizăm prea mult întrucât intermediarul prin care sunt antrenate scânteile este chiar conştiinţa.

Posibilităţile noastre de a antrena scânteile de divinitate sunt nelimitate. Opţiunile în alegerea activităţilor noastre, inter-relaţiile noastre cu rudele şi prietenii, vecinii, asociaţii de afaceri şi chiar cu străinii, modul în care ne petrecem timpul liber, cărţile pe care le citim, programele de televiziune pe care le urmărim, modul în care ne raportăm la alimentele pe care le mâncăm, absolut totul din viaţa de zi cu zi conţine scântei de divinitate ascunse în învelişul lor, care aşteaptă să fie eliberate.

CONŞTIINŢA

Pe la sfârşitul secolului al nouăsprezecelea, în oraşul Lublin din Polonia trăia un rabin hasidic, Jacob Iţhac Ha-Hozeh, cunoscut sub numele de Vizionarul din Lublin. El este subiectul multor povestiri hasidice. Se spune că avea puterea să stabilească dacă cineva era vinovat sau nevinovat de o faptă. Ba chiar mai mult, putea vedea în sufletul persoanei, dezvăluindu-i ce anume avea de făcut în fiecare etapă a reîncarnării sale. Această acţiune este de multe ori numită tikun, însemnând a repara sau a îndrepta - care. în termeni mistici se referă la munca spirituală pe care avem posibilitatea s-o facem în răstimpul vieţii pentru a îndrepta sufletele proprii, sufletele altor oameni şi lumea ca întreg.

Congregaţia la care slujea Vizionarul. din Lublin trebuia să strângă într-un an anume o mare sumă de bani pentru constituirea unui fond de securitate special. Viaţa era totdeauna periculoasă pentru evrei în Polonia; aveau loc pogromuri. Perioada respectivă însă era deosebit de tulburată din cauză că un tânăr general, pe nume Napoleon, îşi făurea un imperiu în Europa şi se zvonea că va invada Polonia şi Rusia în viitorul nu prea îndepărtat. Astfel că, era nevoie de un fond pentru situaţii de urgenţă.

Cei care se ocupau cu strângerea fondului s-au dus la Shmuel, cel mai bogat om din oraş, iar acesta le-a spus: Vă dau şase milioane de ruble (o sumă imensă de bani), cu o condiţie. Vreau să dispun de dreptul permanent de a ocupa locul situat imediat lângă rabin. Altfel, nu contribui nici măcar cu o copeică.

Nici în visele lor cele mai îndrăzneţe nu speraseră cei care strângeau fondul să strângă măcar un milion de la întreaga comunitate. Shmuel era dispus să dea şase milioane. Problema era că în locul de lângă rabin stătea de obicei Heshel,

negustorul. S-au dus la Heshel şi i-au spus despre ce era vorba. El a. răspuns:

- Singurul caz în care aş renunţa la locul acela ar fi dacă mi-ar cere-o chiar rabinul.

S-au dus la rabin şi i-au relatat ce le spusese Heshel. Vizionarul din Lublin ştia că banii erau necesari, dar ştia şi că fiecare suflet era deosebit de important. Aşa că, l-a chemat pe negustorul Heshel să discute cu el.

Cei doi au discutat îndelung. Rabinul i-a spus lui Heshel că nu-i putea promite nimic, că singura modalitate de a renunţa la loc era de bunăvoie. Rabinul nu voia să-l oblige să facă asta în nici un fel. Heshel l-a privit scrutător pe rabin; nu se putea citi pe faţa acestuia că ar fi primit o cotă specială în lumea de apoi, dacă făcea asta. Totuşi, i s-a părut că a văzut o licărire în ochii rabinului şi a fost sigur că va fi răsplătit într-un fel sau altul pentru că a renunţat la locul său. Aşa că a fost de acord.

Shmuel a dat cele şase milioane şi de atunci încolo a avut privilegiul de a ocupa locul de lângă marele Vizionar din Lublin. Se afla acolo la orice serviciu de rugăciune şi în toate zilele de sărbătoare. Deseori stătea pe locul lui doar pentru a fi aproape de rabin, atunci când la acesta veneau oameni cu diverse solicitări. Auzea fiecare cuvinţel pe care-l rostea rabinul în public. Ori de câte ori se afla atât de aproape de rabin, simţea cum este străbătut de o radiaţie luminoasă.

De fapt, locul acela era atât de important pentru Shmuel, încât nu-l mai preocupa nimic altceva în viaţă. Se ducea rar pe acasă şi aproape deloc la lucru. După vreo doi ani, întreprinderea sa a dat faliment, dar Shmuel a rămas impasibil pentru că pentru el locul de lângă rabin era mai important decât viaţa însăşi.

A împrumutat bani ca să poată plăti cheltuielile casei. De fapt, cel mai mare creditor al său era Heshel, negustorul. În anii cât Shmuel se aflase în declin, Heshel prosperase. Avusese un noroc extraordinar pe piaţă, cumpărând întotdeauna marfă la cele mai mici preţuri şi vânzând-o apoi cu preţul cel mai

mare. Totul îi reuşea fără greş şi a devenit extrem de bogat. Într-o bună zi, Heshel şi-a zis: Am destui bani să mă retrag din afaceri şi să-mi răscumpăr locul cu o sumă de două ori mai mare decât cea plătită de Shmuel. În plus, cum Shmuel îi datora zeci de mii de ruble şi nu prea existau şanse să-şi poată plăti datoria vreodată, îşi va răscumpăra locul şi totodată va şterge datoria şi se va putea şi retrage din afaceri.

Heshel s-a oferit să facă asta. Dar Shmuel a refuzat, spunând că nu va renunţa niciodată la loc. Disputa a durat câteva luni de zile. Întreaga congregaţie s-a implicat în ea. Unii spuneau că banii le-ar fi prins bine. Alţii spuneau că locul îi aparţinea de drept lui Shmuel.

Apoi au venit Marile Sărbători. De Roş Haşana, rabinul a ieşit cu *Tora* pe bimah (platformă). unde urma să se citească din ea. Shmuel a mers după rabin pentru a rămâne aproape de el. După citirea din *Tora*, s-a întors la locul său. Dar acolo era aşezat Heshel, negustorul.

S-au luat la ceartă. *Oi ioi ioi*, era Roş Haşana şi ei se certau. S-a stârnit mare zarvă în întreaga congregaţie. Larma a durat un timp şi în cele din urmă i s-a cerut rabinului să decidă.

Heshel a spus:

- Rabi, a trecut mult timp. Eu eram posesorul iniţial al locului. L-am părăsit de bunăvoie, dar numai pentru că congregaţia beneficia de o contribuţie de şase milioane de ruble. Acum, omul acesta îmi datorează bani. În plus, sunt dispus să fac o contribuţie de douăsprezece milioane de ruble. Mi se pare corect să-mi capăt locul înapoi.

Asta era un argument puternic. Când a spus douăsprezece milioane de ruble, s-a auzit un icnet de surprindere în mulţime. O sumă astronomică! Dacă ar fi votat pe loc, Heshel ar fi câştigat cu o majoritate zdrobitoare. Dar rabinul era cel care trebuia să decidă.

Shmuel s-a ridicat şi a rămas un răstimp tăcut. Ce putea să spună? Timp de două minute toată lumea a aşteptat. Apoi acesta a vorbit:

- Rabi - a spus el - te rog. dă-mi locul meu înapoi. Vocea i s-a frânt, devenind aproape un hohot de plâns când a strigat: *Este singurul lucru pe care-l am pe lumea asta!* Asta-i tot ce a spus; şi tot ce era nevoie să spună. După o clipă, rabinul a răspuns :

- Heshel, ai tranzacţionat locul pentru bogăţie. A fost o tranzacţie corectă. Eşti cel mai bogat om din tot ţinutul. Dar Shmuel şi-a tranzacţionat locul în schimbul sufletului. Locul îi aparţine lui. Nu am decis eu asta, aşa a fost decis în ceruri. Pentru că atunci când Shmuel a spus că este singurul lucru pe care-l are pe lume, îngerii din cer au strigat: „Daţi-l înapoi lui Shmuel!"

DARUL NOSTRU CEL MAI DE PREŢ

Cu toţii avem lucruri pe care le preţuim în mod deosebit în viaţă. V-aţi gândit vreodată care este cel mai de preţ lucru pe care-l aveţi pe lume? Ce anume este acel lucru unic pe care-l aveţi şi care, dacă vi s-ar lua, nu aţi mai fi acelaşi om niciodată? Gândiţi-vă la asta. Adăstaţi o clipă; închideţi ochii şi gândiţi-vă. Puteţi răspunde că o anume relaţie din viaţă este cel mai de preţ lucru pe lume. Puteţi spune că sănătatea dv. şi a celor apropiaţi este lucrul cel mai de preţ. Poate aveţi un cu totul alt răspuns foarte serios. Dar, în final, după ce veţi fi reflectat asupra întrebării, nu cumva veţi constata că există ceva ce are prioritate faţă de toate celelalte lucruri?

Aş spune că cel mai de preţ dar al nostru este conştiinţa. Îndeobşte o luăm ca ceva de la sine înţeles. Dar ce ar fi o relaţie dacă n-ar funcţiona gândirea să o aprecieze? Cât ar valora excelenta noastră stare de sănătate, dacă nu am putea aprecia lucrurile bune din viaţă? Cât ar valora orice lucru, de fapt, dacă nu am putea fi conştienţi că există? Intr-adevăr, singurul motiv pentru care ceva este de preţ pentru noi este faptul că suntem conştienţi de valoarea lui.

Unele doctrine spirituale tradiționaliste par să implice că gândirea este dușmanul nostru. Gândurile mențin iluzia dedublării. Dacă stopăm procesul de gândire, vom putea atinge cel mai înalt nivel de iluminare și înțelegere. Ideea ne poate induce în eroare. Este adevărat că cea mai mare parte a procesului de gândire nu are finalitate. Dar gândirea aduce o dimensiune nouă procesului natural de conștientizare, care îl deosebește de conștientizare de la nivelul regnului animal. Ați urmărit vreodată comportamentul unor căprioare în libertate? La fiecare câteva clipe se opresc din ceea ce fac, își ridică capetele și ascultă, adulmecă, observă. La fiecare câteva clipe devin foarte vigilente pentru a depista vreun posibil pericol. Multe animale sălbatice au o astfel de vigilență, o stare de conștientă foarte alertă, ca aceasta. Dar potențialul nostru de a fi conștienți la un nivel superior este cu mult mai mare decât al oricărui animal întrucât avem o minte cu calități remarcabile.

Trebuie să luăm în mână frâiele gândirii și, în același timp, să realizăm că gândirea nu ne este dușman. Este tot ce avem care ne permite să apreciem orice considerăm de preț în viață. Fără conștientizarea minții umane nu am putea aprecia propria evoluție și, ceea ce este mai important, conexiunea cu Divinitatea nu ar putea fi niciodată realizată.

VIAȚA IN LIPSA UNEI CONȘTIINȚE SUPERIOARE

Nu mă pot opri să-mi amintesc de un om pe care l-am cunoscut la Ierusalim. I se spunea Jochito și era în îngrijirea surorii sale mai mici. În anii '30, locuiseră în Germania. În zorii zilei de 10, noiembrie 1938 nemții au trecut la măsuri violente drept represalii pentru asasinarea la Paris a unui funcționar al Ambasadei Germaniei. Acesta fusese ucis de un evreu. Tineretul hitlerist a reacționat prin spargerea geamurilor și vitrinelor, incendierea clădirilor și ciomăgirea oamenilor. Incidentul este cunoscut sub numele de Kristallnacht, Noaptea

de cristal, a cioburilor de sticlă. Au fost distruse aproape două sute de sinagogi. Treizeci şi şase de evrei au fost omorâţi, iar alţi treizeci şi şase grav răniţi.

Spre nefericirea lui, Jochito s-a numărat printre cei răniţi. A fost prins pe stradă, bătut şi lovit cu cizmele în cap. Nu a mai fost normal după aceea. Cincizeci de ani mai târziu, corpul său era absolut sănătos. De fapt, era atât de sănătos că sora lui era îngrijorată că va trăi mai mult ca ea. Asta putea fi o mare problemă, pentru că în fiecare zi care a urmat celei petrecute cu cincizeci de ani în urmă trebuia să fie hrănit de cineva, singurele cuvinte pe care le putea rosti fiind „da, da, da."

Preţul plătit de Jochito i-a salvat pe membrii familiei sale. Au fost atât de îngroziţi de cele întâmplate, încât au plecat în Argentina înainte să înceapă uciderile în masă. Aşa că, din această întâmplare a rezultat şi ceva „bun". Dar preţul plătit era prea mare, incalculabil, deoarece mintea lui fusese total distrusă. Nu putem să considerăm conştiinţa noastră drept ceva de la sine înţeles şi nimic nu se poate câtuşi de puţin compara cu valoarea ei în viaţa noastră.

Povestirea despre locul de lângă rabin se referă la conştiinţă. Pe măsură ce gândirea lui Shmuel devenea mai apropiata de Vizionarul din Lublin, acesta se conecta cu alte niveluri ale realităţii. În aceste condiţii, ce importanţă putea să aibă faptul ca îşi pierduse averea? Avea singurul lucru care conta în viaţa sa: posibilitatea permanentă de a fi purtat spre niveluri mai înalte. Ştia că îngerii îl vor sprijini şi ştia că rabinul va vedea asta.

Conştiinţa noastră nu este ceva fix. Poate avea variaţii de un spectru foarte larg. Shmuel nu era mulţumit cu conştiinţa obişnuită, de zi cu zi. Era în căutarea unui nivel nou, superior, posibilitate care s-a ivit atunci când s-a aflat în preajma rabinului. Cât timp conştiinţa este, în general, cea mai importantă posesiune a noastră, putem întreprinde acţiuni prin care s-o elevăm ori s-o degradăm.

CARACTERUL CONTINUU AL CONŞTIINŢEI

Zoharul pune în discuţie universul ca întreg, în termeni mult mai largi decât referirea strictă la universul material clasic. Într-adevăr, universul material, oricât de vast ar fi, este pitic în comparaţie cu universul mistic care cuprinde tărâmuri angelice şi demonice. În timp ce universul material se măsoară în timp şi spaţiu, universul mistic se măsoară în termenii nivelurilor de conştiinţă, Aceste niveluri nu trebuie considerate ca zone separate, întrucât conştiinţa este ceva continuu, neîntrerupt.

Sunetul unei note muzicale reprezintă o metaforă adecvată pentru ilustrarea acestui gen de continuitate. Dacă lovim cu putere o clapă de pian, nota sună imediat la nivelul său cel mai profund şi robust. Apoi, se estompează încetul cu încetul. Putem auzi cum cu fiecare clipă devine mai stinsă şi mai stinsă, dar nu există linii de demarcaţie clare ale nivelurilor sunetului. De asemenea, când lovim clapa şi emitem nota, alte instrumente cu coarde din încăpere vor vibra la aceeaşi frecvenţă. Astfel, când lovim o coardă, sunt afectate şi altele. Nivelurile de conştiinţă sunt integrate de-a lungul unei continuităţi. Fiecare conţine părţi din celelate ce nu pot fi separate. La fel cum o notă muzicală are aceeaşi frecvenţă, vibraţie, indiferent de cât de puternică sau slabă este, universurilor cabalistice le este comun mediul conştiinţei.

Caracteristică esenţială a creaţiei, conştiinţa este ca un magnet care atrage tot. Năzuinţele noastre, eforturile depuse pe calea spirituală, dorinţa de cunoaştere şi scânteia pe care o exercită asupra noastră găsirea adevărului suprem sunt reacţiile noastre faţă de inexorabila atracţie a acestui magnet. La fel cum o moleculă de apă dintr-o picătura de ploaie este în cele din urmă, într-un fel sau altul, atrasă în ocean, indiferent de cât de mult timp durează acest lucru şi prin câte reîncarnări trebuie să treacă, tot aşa este şi conştiinţa atrasă către sursa ei.

Cabaliştii spun că iubirea acţionează în acelaşi mod.

Iubirea se bazează pe năzuința spre completitudine: de a fi întreg, de a fi în armonie, conectat și liber. Deși inițial activitatea hormonală poate fi sursa impulsurilor noastre sexuale, pe măsură ce iubirea se maturizează, îi aduce în cele din urmă - într-un fel sau altul - pe parteneri mai aproape de lumina conștiinței. Ne căutăm parteneri care ne sunt complementari într-un fel, care ne ajută să devenim completi. Căutăm să le trezim eul elevat pentru ca ei să poată simți eul nostru elevat.

În *Zohar* scrie: „Pentru a crea lumea, (*En Sof*, Neantul infinit) a emanat o scânteie misterioasă (conștiința) din care a apărut și s-a difuzat toată lumina. Lumea superioară a fost constituită din această lumină. Apoi o [Dimensiune diferită], de lumină, o lumină fără luminozitate (conștiința inferioară), a fost formată în lumea inferioară. Fiind compusă din lumină fără luminiscență, fără iluminare, lumea inferioară este atrasă către lumea superioară. Imaginile erotice ale contopirii îndrăgostiților constituie o temă obișnuită în *Zohar*. Misticii iudaici sunt în general de acord cu *Cântarea cântărilor*, cu conotațiile sale de iubire și sexualitate. Conține mai multe secrete ale universului decât orice lucrare scripturală. De pildă, în ceea ce privește versetul „Eu sunt a lui, a celui drag. El dorul meu îl poartă." În *Zohar* se spune: „Sensul ascuns al versetului este că agitația din partea inferioară este însoțită de o agitație în partea superioară, pentru că nu există mișcare în partea superioară până când nu există mișcare în partea inferioară."

Această definire mistică implică interconectarea a tot ce este în partea superioară și inferioară. Nu putem separa cerul de pământ, domeniul spiritual de lumea materială sau orice altceva ce creează impresia de opoziție, de contrarii. Interconectarea tuturor tărâmurilor este una din tezele principale ale Cabalei. Înțeleasă pe deplin, aceasta are un impact semnificativ asupra modului în care ne trăim viața.

PRECUM ÎN ÎNALTURI, AŞA ŞI DEDESUBT; PRECUM DEDESUBT, AŞA ŞI ÎN ÎNALTURI

Pe tot parcursul *Zoharului*, aspectul lumii superioare şi al celei inferioare se repetă de zeci de ori: „Atotputernicul a orânduit toate în aşa fel încât orice se află pe această lume să fie reproducerea a ceva ce se află în lumea superioară"; „Există o lume de sus de o dumnezeiască sacralitate şi o lume de jos" „Când Atotputernicul îşi pune coroanele", le primeşte deopotrivă din înalturi., ca şi de jos". Termenii de „înalturi" şi „jos" nu trebuie luaţi în sens literal, ca amplasare în spaţiu. Ei se referă la niveluri de conştiinţă. Nivelurile elevate şi cele inferioare ale conştiinţei nu sunt separate prin spaţiu; sunt mai degrabă dimensiuni ce reprezintă proximitatea relaţiei cu adevărul suprem. Cu cât conştiinţa este mai elevată, cu atât există mai puţin iluzia de separare.

Pământul reprezintă un nivel de conştiinţă. Orice există la acest nivel îşi are replica în conştiinţa elevată. Nu există lucru, oricât de mic, care să nu aibă copia sa fidelă la alte niveluri. Astfel încât, atunci când acesta se activează, rezultatul este activarea simultană a copiei sale din înalturi. Cele două niveluri formează un întreg interconectat.

Este ca şi cum orice există în univers ar fi oglindit de o replică cerească. Acest asociat este mai mult decât un frate geamăn; este multifaţetat ca un compus al tuturor elementelor din care suntem formaţi. Pornind de la faptul că fiecare persoană este un compus format din mai multe personalităţi, de fiecare dată când exprimăm o latură a noastră în realitatea pe care o cunoaştem, perechea noastră este activată în alte realităţi. Îndrăgostitul, intrigantul, judecătorul sau copilul din noi, forţa noastră lăuntrică şi slăbiciunile noastre se oglindesc acolo. În funcţie de dispoziţia şi starea în care ne aflăm, aceasta este caracteristica pe care o activăm la celelalte niveluri.

Atunci când suntem în mod consecvent meditativi, de exemplu, este activată esenţa noastră meditativă superioară.

Atunci când avem un comportament inconsecvent, dezordonat, este animat „îngerul" rostru de comportament dezordonat. Când ne aflăm într-o dispoziţie de acută iubire de aproape, este activată această caracteristică din eul nostru superior. Şi, ceea ce este mai mult, aşa precum toate acţiunile, cuvintele sau gândurile noastre se reflectă la acest nivel, tot astfel se reflectă activarea fiinţei noastre superioare în cer.

Acest vechi concept cabalistic este un model holistic de energetică a universului. Îmbrăţişează toate nivelurile realităţii şi cuprinde toate dimensiunile posibile ale creaţiei, îngeri, demoni, gânduri, sentimente, trecut, viitor, incarnare prezentă şi toate celelalte. În viziunea misticismului iudaic, totul, până şi orice „non-obiect care a existat sau va exista în creaţie, este interconectat.

Ideea de interconectare a fost pentru prima dată explicată în detaliu de misticul evreu din secolul al doisprezecelea, Isaac Orbul, primul care a folosit cuvântul „Cabala" pentru desemnarea unei varietăţi de învăţături şi practici mistice. Până la el, pentru aceste doctrine se foloseau termeni mai indirecţi precum opera Carului, opera Creaţiei, calea adevărului şi alte denumiri care sugerau mistere ascunse. Adepţii misticismului erau şi ei numiţi în diferite feluri: stăpânii cunoaşterii, cei ce cunosc, cei ce cunosc măsurile şi alte asemenea nume enigmatice.

Nu se ştie dacă acest îndrumător spiritual Iţhac era orb sau dacă apelativul era menit să sugereze că el nu vedea lucrurile aşa cum le vedeau ceilalţi oameni. Se spunea despre el, într-adevăr, că avea puteri mistice fenomenale, fiind capabil să depisteze ca pe „o senzaţie în atmosferă" dacă sufletul unei persoane era un suflet nou format sau un suflet reîncarnat, ori dacă cineva urma să moară în viitorul apropiat.

El a numit mediul de interconectare *ţipiah*, ceea ce s-ar traduce „observare contemplativă". *Ţipiah* este o conştienţă mistică, ceea ce ni se întâmplă când simţul trecutului şi al viitorului se dizolvă şi suntem prezenţi cu toată fiinţa, total absorbiţi în momentul de faţă. Aceasta, cred eu, reprezintă

experienţa personală a lui Iţhac Orbul, pe care s-a bazat extraordinara sa intuire a naturii mistice a universului. *Ţipiah*, dacă ne gândim bine, ne conduce la un nou mod de a ne raporta la univers. Ori de câte ori ne mişcăm braţele, se mişcă şi braţele noastre cereşti. Ori de câte ori scriem un cuvânt, se scrie şi în cer un cuvânt. Interacţionăm cu lumea înconjurătoare şi în tot timpul stimulăm astfel, simultan, lumile superioare. Nu numai că nu suntem niciodată singuri, ci tot ce facem, spunem sau gândim pune în mişcare universuri ce ne depăşesc imaginaţia.

Aceasta este o consideraţie foarte incitantă. Ne obligă şi ne constrânge. Cum îmi trăiesc viaţa? În ce măsură depinde lumea de acţiunea mea viitoare? Dacă totul ere ecou în univers, în ce fel afectează acţiunile, cuvintele şi gândurile mele ceea ce sunt, ceea ce am fost şi ceea ce voi fi? Este imperios necesar să ne punem aceste întrebări. Cabala ne spune clar care sunt răspunsurile.

SFERELE DE CONŞTIINŢĂ

Simţul realităţii pe care-l avem reflectă în mod direct nivelul nostru de conştiinţă. Fiecare dintre noi are o perspectivă asupra realităţii care, în termeni alegorici, este o felie de grosimea unei lame de cuţit dintr-un tort. Tortul în totalitate ajunge până la limitele universului. Dacă ne modificăm modul de conştientizare, putem să avem acces la încă o felie de tort. Cu atât mai mult cu cât ne putem comuta percepţiile mult mai rapid decât îşi închipuie majoritatea dintre noi.

Este scris: „Atotputernicul a găsit că este necesar să creeze toate cele câte sunt în lume în aşa fel încât să existe o lumină centrală de conştiinţă, cu multe vase care s-o înconjoare." Întreaga creaţie este construită pe acest principiu; cu alte cuvinte, creaţia este formată din sfere ale conştiinţei.

Dacă am descrie, să zicem aşa, din perspectiva lui Dumnezeu, am vedea că totul este conectat la un centru: sursa creaţiei.

Naraţiunea creaţiei din *Cartea Genezei* descrie apariţia conştiinţei. În prima zi: lumina. A doua zi: fluidul cosmic şi separarea fluidului de deasupra de cel de dedesubt. A treia zi: pământul, mările, vegetaţia, fructele, seminţele. A patra zi: corpurile cereşti, stelele, soarele şi luna. A cincia zi: vietăţile mării mari şi mici, păsările. A şasea zi: vietăţile pământului. La sfârşitul celei de a şasea zile: oamenii. Acest ultim aspect al creaţiei este scos în evidenţă prin cuvintele *na-aseh adam beţelmainu kidmutainu*, însemnând: „Să facem o fiinţă numită Adam, după chipul nostru, care să ni se asemene".[21]

Desigur că învăţaţii din antichitate s-au întrebat de ce afirmaţia era făcută la plural. Divinitatea este o unitate. La cine altcineva sau la ce altceva se referea acest „după chipul nostru"? Cuvintele acestea conţin implicaţia că Dumnezeu comunica cu ceva ce putea comunica, la rândul său, cu El. Concluzia logică pe care o tragem de aici este, că, cel puţin unul din aspectele asemănării trebuie să fie acela că Adam va fi capabil să comunice cu Divinitatea.

Paradoxul fundamental al creaţiei este problema modului în care unitatea devine multiplicabilă. Cum o sursă unică, absolut perfectă, creează ceva inferior ei? Cum face loc unicitatea completă, care conţine totul, pluralităţii? Chiar dacă renunţăm la ideea de „creator", aşa cum fac tradiţiile orientale, rămânem totuşi cu incompatibilitatea coexistenţei unicităţii şi multiplicităţii.

Îndrumătorii spirituali ai cultelor orientale numesc viziunea noastră asupra realităţii *maya*, adică iluzie. Suntem blocaţi în spatele unei succesiuni de văluri care „distorsionează" realitatea. Ei propun o teologie a nededublării, un sistem monist de unitate totală: există o singură realitate, iar toată multiplicitatea este imaginară. Lumea pare pluralistă numai din cauză că avem o conştiinţă mărginită.

Cabaliştii, pe de altă parte, nu spun că avem o viziune distorsionată a realităţii; ci, mai curând, că aceasta este realitatea conştiinţei umane. De exemplu, putem considera că un ţânţar are un nivel diferit de conştientizare datorită faptului că universul său este format din componente elementare cum ar fi cald, frig, moliciune, duritate, lumină, întuneric şi aşa mai departe. Presupunând că aşa este, nu putem spune că aceasta are o percepţie distorsionată, ci, mai curând, că are o percepţie „ţânţărească perfectă" a realităţii, orice ar însemna acest lucru.

Din perspectiva nivelurilor de conştiinţă mai înalte, conştiinţa umană este comparabilă cu cea a ţânţarului. Cu cât conştiinţa noastră este mai elevată, cu atât mai evidentă este dispariţia percepţiei de multiplicitate. Acesta este un precept universal, la care însă Cabala accentuează o deosebire esenţială. În vreme ce multe doctrine evidenţiază natura iluzorie a lumii într-o manieră care contestă realitatea noastră, Cabala merge în direcţie opusă. Subliniază natura holistică a tuturor nivelurilor de conştiinţă şi avansează teza că fiecare nivel este o reflectare a tuturor celorlalte.

Astfel, abordarea cabalistică sugerează că, prin intermediul realităţii noastre, oricât de limitată ar fi aceasta, avem acces la toate celelalte. Dacă adăugăm la această perspectivă faptul că viaţa omenească se bazează pe exercitarea conştientă a libertăţii de voinţă, spre deosebire de majoritatea celorlalte aspecte ale creaţiei, importanţa potenţialei noastre influenţe în ceea ce priveşte dezvăluirea universului devine enormă. Astfel, în vreme ce în multe credinţe abia aşteptăm să ieşim din corpurile noastre fizice, în Cabala încercăm să folosim la maximum timpul preţios pe care-l avem la dispoziţie cât vieţuim în acest trup. Din perspectivă cabalistică, multiplicitatea este un aspect cu un scop în totalitatea creaţiei.

Putem folosi ideea naturii holistice a creaţiei pentru a accepta paradoxul. Fiecare dintre noi este simultan o unitate şi o pluralitate. Fiecare celulă din corpul nostru îşi face menirea şi totuşi fiecare are un set de cromozomi identic cu al oricărei

alte celule din corp. Putem opta să ne concentrăm pe caracterul separat al lucrurilor în diversitatea lor sau pe unicitate. Prima abordare este raţională; cealaltă necesită o logică mai puţin tranşantă - este şi nu este.

Oamenii cu preocupări în domeniul intuiţiei nu au nici o dificultate în a discuta despre suflete, de unde provin si unde se duc acestea, despre moarte, îngeri, demoni, rai sau iad. Cei care sunt mai atraşi de raţional, fundamentul analitic al realităţii este ameninţat de aceste idei. Dar nu există o cale dreaptă sau o cale greşită de explorare a misterelor vieţii şi morţii. Dacă modelul holistic este corect, fiecare dintre noi este conectat, în felul său, la centrul creaţiei. Trebuie doar să descoperim limbajul lăuntric care ne ajută să comunicăm cu aceste părţi ascunse ale sufletului.

În mod cert conştientul uman este diferit de cel al altor forme de viaţă. Anumite tipuri de gândire simbolică, imaginaţia, reflecţia, proiectarea şi planificarea, umorul sunt, în general, activităţi specifice, caracteristice numai gândirii umane. Dar, dacă în raport cu universul, conştientul uman este echivalent cu cel al unui ţânţar, trebuie să ne punem o întrebare fundamentală: Ce se întâmplă cu realitatea umană când ne extindem conştiinţa?

CONŞTIINŢA EXTINSĂ

În Cabala conştiinţa extinsă se numeşte *mochin de gadlut*, ceea ce înseamnă ad literam „minte a măreţiei". Pentru a lămuri această stare se folosesc multe metode. Putem să ne dăm întrucâtva seama de ce înseamnă asta făcând un exerciţiu simplu. Dacă sunteţi dispus să o faceţi, lăsaţi-vă vederea să se extindă periferic. Nu trebuie să vă luaţi privirea de pe aceste rânduri pentru a vedea împrejur. Observaţi doar că puteţi privi în carte, citi aceste cuvinte şi, în plus, prelua mai multe informaţii vizuale despre ceea ce se întâmplă în jur în acest moment.

Acum, observați cum vă simțiți când v-ați lărgit conștiința vizuală. Veți descoperi imediat că sunteți mai vigilent și mai prezent. La început s-ar putea să depuneți eforturi pentru a vă menține vigilența, dar curând aceasta va deveni ceva natural. Deși, se poate ca uneori să uitați de această deprindere și să vedeți numai cuvintele din fața dumneavoastră, fără a mai fi atenți și la altceva. Doar amintindu-vă de asta, veți constata că puteți să vă extindeți cu repeziciune capacitățile vizuale existente.

Puteți face același lucru acordând mai multă atenție sunetelor din jurul dumneavoastră în acest moment. În mod normal, acestea sunt sunete pe care le ignorăm atunci când ne concentrăm asupra unui lucru. Deodată veți observa că, în tot acest timp, un sunet fusese prezent, dar trecuse neobservat. Nu trebuie să vă opriți din lectură pentru a vă intensifica atenția auditivă. și asta ne dă un simțământ de vigilență sporită.

Încă un lucru. Fiți atenți la corpul dumneavoastră. Puteți simți o presiune sub șezut, dacă sunteți așezat; simțiți cum picioarele vă ating podeaua; sunteți conștient de poziția corpului și a brațelor.

Înregistrați mișcările gâtului, capului și ochilor. Toate aceste detalii ne furnizează permanent un flux neîntrerupt de informații. Cu cât devenim mai conștienți și mai atenți la acestea, cu atât mai vigilenți ne simțim. Devenim mai ageri, mai prezenți, mai racordați la fiecare moment. Toate acestea fac parte din procesul de intensificare a conștientului nostru natural.

Mulți dintre noi își creează o rutină, tipare mecanice de comportament dobândite prin repetiție, devenind inconștienți de nuanțele cuprinse în fiecare situație. Cu atât de multe lucruri care se întâmplă în jurul nostru și atât de puțin timp în viețile noastre, ne comportăm mașinal. Atâta timp cât evenimentele curente rămân obișnuite și cunoscute, facem față. Din nefericire, dacă trăim ani în șir în această stare de spirit mașinală, oglinda vieții începe să devină încețoșată și sufletul slăbește. Nu este deloc surprinzător că astăzi, în această lume

extraordinar de agitată şi ocupată, sentimentele de apatie, frustrare. inutilitate şi disperare au atins proporţiile unei adevărate epidemii. Avem un potenţial mult mai mare de conştientizare decât folosim în mod normal. De obicei, visăm cu ochii deschişi, gândurile ne sunt ocupate cu trecerea în revistă a lucrurilor care s-au întâmplat deja sau cu imaginarea celor viitoare, care rareori se vor petrece aşa cum ni le închipuim. Acaparaţi de această activitate mentală, ne scapă ceea ce se întâmplă chiar aici şi acum. Ne putem extinde mult mai mult minţile fără prea mari eforturi. Trebuie doar să ne reamintim, ca un fel de ceas deşteptător lăuntric care ne trezeşte, de fiecare dată când alunecăm în starea de conştiinţă îngustată. Astfel ne deprindem ca, ori de câte ori sună acest clopoţel intern, să facem loc măreţiei minţii, *mochin de gadlut*.

GRĂDINA EDENULUI

Mitul Grădinii Edenului este unul din cele mai cunoscute, dar şi cele mai puţin înţelese din literatura biblică. El a fost interpretat în zeci de feluri, multe dintre acestea sugerând că reprezintă un prototip pentru înţelegerea naturii binelui şi a răului, a raportului dintre bărbaţi şi femei sau a scopului de existenţă al omenirii. Din nefericire însă, preceptele misticismului iudaic de aprofundare a acestui subiect au fost rareori puse la îndemâna publicului larg, astfel că o componentă majoră necesară pentru înţelegerea învăţăturilor mai adânci conţinute în acest mit a rămas total necunoscută.

Povestea lui Adam şi a Evei este sădită adânc în psihicul vesticilor şi continuă să influenţeze puternic modul în care inter-relaţionăm unii cu ceilalţi. Interpretarea ad literam a acestei istorii este că Adam şi Eva au fost primii oameni şi că Eva era o fiinţă uşor de corupt. Ea a cedat imediat ispitei sugerate de şarpele cel viclean. Nu numai că a mâncat din fructul oprit, dar s-a grăbit să-l îndemne şi pe partenerul său să facă acelaşi lucru. Pentru această „nesupunere" a fost blamată de-e lungul secolelor. Vina pentru faptul că femeile nasc în chinuri este atribuită ignoranţei sale. Şi, ceea ce este mai rău, se spune că toată decăderea şi depravarea omenirii ar fi tot din vina ei.

O femeie rabin mi-a spus cândva:

- Mitul cu Adam şi Eva este probabil cel mai evident caz din tot cuprinsul *Torei* în care relaţia dintre masculin şi feminin a fost contaminată de implicaţii absurde. Orice supoziţie că Adam şi Eva reprezintă o relaţie între sexe, ca primul bărbat şi prima femeie din creaţie, este ridicolă. Misticii tratează aceste două personaje şi toate personajele majore din

Biblie - drept principii divine. Adam şi Eva reprezintă principiul dualităţii, fiecare fiind polul opus celuilalt.

Unul din modurile în care este abordat acest gen de polaritate în credinţele orientale este conceptul de yin şi yang. Exact în acelaşi mod, sensurile reprezentate de Adam şi Eva sunt de dilatare şi contracţie, de exterior şi interior, de lumină si întuneric, de dur şi moale. Nici unul dintre ei nu este mai bun decât celălalt; ambii sunt necesari pentru realizarea echilibrului şi armoniei.

În plus, pe lângă dualitatea reprezentată de Adam şi Eva, pentru creaţie este necesar un al treilea element. Acesta este şarpele, care reprezintă forţa de fragmentare. Unul dintre textele midraşice vechi, scris de rabinul Eliezer, susţine că şarpele care a ispitit-o pe Eva avea înfăţişarea unei cămile.[22] Cei mai mulţi nici n-au auzit vreodată de această idee. Tradiţia iudaică orală susţine că îngerul Samuel, altfel cunoscut ca Satan, călărea această cămilă. Mulţi spun că şarpele însuşi era Satan.[23]

Cuvântul „cămilă" este în ebraică gamal, care este acelaşi lucru cu denumirea literei ghimel.[24] Această literă are în alfabetul ebraic numărul trei. Astfel, rabinul Eliezer, când spune că şarpele avea înfăţişarea unei cămile, face aluzie la cifra trei. Din punct de vedere matematic, cifra trei este necesară pentru lumea materială, care este tridimensională - alcătuită din trei coordonate: nord-sud, est-vest şi sus-jos.[25]

În Cabala se spune că şarpele reprezintă universul fizic. şi, într-adevăr, universul, aşa cum îl cunoaştem, este numit în scrierile mistice „pielea şarpelui". În cosmologia mistică a Grădinii Edenului, arhetipul şarpelui se uneşte cu forţa vitală, forma şi substanţa reprezentată de Adam şi Eva. Odată ce şarpele se poate uni cu această forţă vitală, formula mistică este completă pentru metafizica creaţiei.[26]

Teza cabalistică este că Satan, forţa de fragmentare, este elementul esenţial necesar realizării Creaţiei, întrucât, în lipsa lui, totul s-ar uni cu Dumnezeu - şi totul ar deveni una, unicitate. Asta nu înseamnă că forţa de fărâmiţare a lui Satan

este separată de unitatea lui Dumnezeu, ci că, în mod paradoxal, ea este cuprinsă în unicitatea Divinității.

În această abordare cabalistă se vede clar că mitul Grădinii Edenului este o cosmologie care depășește cu mult versiunile de interpretare acceptate în mod obișnuit. Este evident că perceperea diferită a mitului creației nu numai că ne-ar modifica drastic imaginea pe care o avem despre Adam, Eva și șarpe, ci ar pătrunde în conștiința noastră colectivă într-o manieră care ar putea avea o influență profundă asupra modului în care concepem statutul nostru de ființe umane, în care ne raportăm unii față de alții în relațiile noastre și a celui în care ne raportăm la Dumnezeu.

GERMENII PĂCATULUI ȘI AI CULPABILITĂȚII

Să examinăm mai îndeaproape interpretarea tradițională a mitului Creației pentru a înțelege modul în care s-a dezvoltat aceasta în reprezentarea gândirii vestice. Povestea biblică relatează despre o grădină „sădită de Dumnezeu în partea de răsărit a Edenului, care avea în ea toți pomii cu roade bune de mâncat. În centrul grădinii se aflau doi pomi deosebiți: Pomul Vieții și Pomul Cunoașterii binelui și răului.

Din Eden curgea înspre grădină un râu, aici el se împărțea în patru brațe ce ieșeau din grădină. Dumnezeu a făcut un om din țărână luată din cele patru colțuri ale pământului și l-a așezat în grădină, pentru ca s-o lucreze și s-o întrețină. I-a spus omului că poate mânca din toți pomii de acolo, în afară de Pomul Cunoașterii binelui și răului. Mai mult. l-a avertizat că „în ziua în care vei mânca din el vei muri negreșit."[27]

Apoi. Dumnezeu i-a adus omului toate animalele și păsările, astfel încât acesta să le poată da la fiecare un nume. Pe urmă, l-a făcut să cadă într-un somn adânc și a făurit din coasta lui o femeie. La momentul acela amândoi, bărbatul și

femeia, erau goi şi nu se ruşinau. Aproape imediat, în cursul povestirii, un şarpe s-a apropiat de femeie şi l-a spus că nu va muri dacă va mânca din fructul Pomului Cunoaşterii. Mai degrabă i se vor deschide ochii şi vor fi ca Dumnezeu, cunoscând binele şi răul. Aşa că, ea a mâncat din fruct, dându-i şi bărbatului său să mănânce. Desigur că atunci li s-au deschis ochii, încât şi-au dat seama că sunt goi. Imediat au cusut laolaltă frunze de smochin ca să le poată înfăşura în jurul coapselor pentru a se acoperi.

Apoi au auzit glasul Domnului Dumnezeu, care umbla prin grădină în briza serii. Aşa că s-au ascuns printre pomi. Dumnezeu a strigat: „Unde eşti?", iar bărbatul a răspuns că a auzit o voce şi s-a ascuns pentru că ştia că este gol şi s-a temut. „Cum ai ştiut că eşti gol?", l-a întrebat Dumnezeu. „Ai mâncat cumva din pomul din care ţi-am spus să nu mănânci?"

Situaţia este fără ieşire. În interpretarea standard care a fost transmisă din generaţie în generaţie, Adam şi Eva, puşi faţă-n faţă cu Dumnezeu, prinşi că au încălcat singura regulă stabilită pentru acea grădină, au încercat să transfere vina. Adam a spus, „Femeia mi l-a dat", iar Eva a replicat: „Şarpele m-a ispitit".

Astfel, potrivit unui raţionament obişnuit, şarpele era primul care trebuia să fie pedepsit de Dumnezeu. A fost blestemat să se târască pentru totdeauna pe pântece şi să mănânce ţărână. Apoi, Dumnezeu s-a adresat Evei şi i-a spus că durerile sale la naştere vor fi mult înmulţite şi că bărbatul ei o va stăpâni. În cele din urmă, Dumnezeu s-a adresat lui Adam şi i-a spus că de atunci încolo va trebui să trudească şi să-şi câştige cu sudoare pâinea, iar pământul îl va răsplăti pentru munca sa cu spini şi ciulini. Atunci le-a dat celor doi haine din piei.

Pe urmă, se pare că Dumnezeu şi-ar fi spus, aproape ca o reflecţie târzie, „Omul a devenit asemenea unuia dintre noi, cunoscând binele şi răul. Ce-ar fi dacă ar mânca roade din Pomul Vieţii şi ar trăi în veci ?" Aşa că, i-a izgonit pe Adam şi Eva din Grădina Edenului. A aşezat gărzi de heruvimi la

intrare pentru ca Adam şi Eva să nu se poată întoarce; o sabie rotitoare a fost aşezată în drumul către Pomul Vieţii, astfel încât cei doi să nu se poată apropie de el.[28]

Interpretată ad litteram, relatarea este arhetipul păcatului, deşi cuvântul „păcat" nu este pomenit niciodată. Păcatul originar a fost nesupunerea faţă de Dumnezeu şi a avut drept consecinţă căderea omenirii din graţia lui Dumnezeu. Povestea include totodată arhetipul răului, şarpele. ca şi pe cel al purităţii şi inocenţei, pentru că Adam şi Eva nu ştiau că sunt goi. Cuprinde arhetipul vinovăţiei, care dă imediat naştere la tăgadă. şi cuprinde primul blestem proferat de Dumnezeu, oferindu-ne, din punct de vedere teoretic, o primă idee asupra genului de pedeapsă cu care este tratată nesupunerea.

Trecând această istorie prin filtrele cunoaşterii de la nivelul secolului al douăzecilea, nu ne putem abţine de a ne întreba ce are această idee atât de captivant încât a ajuns relatarea fundamentală asupra creaţiei pentru tradiţia spirituală vestică? Un editor al zilelor noastre ar fi respins un asemenea manuscris numai după citirea primelor pagini. Nu numai că este o manieră greşită să tratezi femeile ca pe nişte vasali, dar şi simplul fapt de a mânca ceva interzis conduce la nişte consecinţe incredibile. După cum este scris, Dumnezeu afirmă că oricine mănâncă din acel fruct va muri în aceeaşi zi. Dar nu se întâmplă aşa. Adam şi Eva nu mor în ziua respectivă. Ci, mai curând, sunt pedepsiţi pentru eternitate. Dar Dumnezeu nu a pomenit nimic despre o eventuală pedeapsă eternă. Un editor din vremea noastră ar evidenţia faptul că povestirea este inconsecventă. Mai mult, ar nota că sexualitatea este tratată într-o manieră greu de susţinut, ca şi când goliciunea ar fi ceva groaznic. Cine ar accepta aşa ceva?

Sunt prea multe incongruenţe în logică. Cea mai importantă este aceea că numai Pomul Cunoaşterii era interzis; Adam ar fi putut mânca din Pomul Vieţii oricând. În acest caz, nu mai murea. De ce s-a expus Dumnezeu riscului ca Adam să mănânce mai întâi roade din Pomul Vieţii, obţinând astfel viaţă eternă, şi abia pe urmă din Pomul Cunoaşterii?

În plus, de ce s-a pus şarpele în situaţia de a fi ţinta mâniei lui Dumnezeu? Ce avea de câştigat? De ce să-şi atragă moartea? Putea să mănânce din Pomul Vieţii, devenind nemuritor. Apoi. ar fi putut să mănânce din Pomul Cunoaşterii şi ar fi devenit la fel cu Dumnezeu. Pe cât de abil era, comportamentul său este total ilogic.

Şi, ceea ce este cel mai rău, povestea îl înjoseşte pe Dumnezeu, ceea ce - poate gândi editorul nostru - îi va supăra pe cititori. Îl prezintă mai puţin Atotputernic. El trebuie să-i dea instrucţiuni lui Adam să nu mănânce fructul din acel anume pom, în loc să facă în aşa fel încât acesta să fie greu accesibil ori imposibil de găsit sau oricare dintr-o mie de soluţii posibile. Am pune o bomboană pe masă, spunându-i unui copil de doi ani să n-o mănânce?

Glasul lui Dumnezeu „umblă" prin grădină. Ce înseamnă asta? El îl strigă pe Adam: „Unde eşti?" Înseamnă asta oare că Dumnezeu nu ştie unde se află Adam? Nu cunoaşte Dumnezeu firea şerpilor? Nu ştia dinainte că Adam şi Eva vor mânca din fruct? Se „întreabă" dacă nu cumva vor mânca şi din Pomul Vieţii? Trebuie să-i izgonească din grădină pentru a-i opri să mănânce şi alte fructe? Trebuie să pună heruvimi să păzească grădina şi o sabie rotitoare pentru a păzi Pomul Vieţii? Asta nu merge. Cititorii din ziua de azi ar respinge o asemenea prezentare a unui Dumnezeu lipsit de clarviziune, forţă, înţelepciune, înţelegere şi compasiune. „Nu", ar spune editorul, „un asemenea manuscris nu va putea niciodată trece de atacurile criticilor."

ARTA STUDIERII TOREI

Cuprinsul celor cinci cărţi ale lui Moise este aproape imposibil de interpretat fără ajutor. Există sute de comentarii şi, după cum ne putem imagina, multe oferă interpretări ce le contrazic pe cele ale altora Nimeni nu susţine că există un mod absolut „corect" de a citi *Tora*. De fapt, tradiţia orală spune că

există cel puțin 600.000 de interpretări diferite, reprezentând numărul celor care au primit *Tora* prin Moise pe Muntele Sinai.

Asta face ca studiul *Torei* să fie atât de interesant. Dacă acceptăm pur și simplu sensul literal al celor scrise, atunci nu este decât o carte cu multe istorii neobișnuite. Dacă ne angajăm însă în studiul ei, lucrăm cu ea și utilizăm o varietate de metode pentru a analiza textul, aceasta ne dezvăluie puncte de reper ascunse, care ne conduc la cercetări și mai aprofundate. Studiul de genul acesta, un fel de dialog continuu, devine o relație mistică între text și cel care îl studiază.

Multe dintre experiențele de interacțiune cu obiecte neînsuflețite implică o relaționare mistică. Un mecanic care efectuează o reglare de finețe la un motor se raportează deseori la el ca și când ar fi în comunicare cu motorul. Un pilot sau căpitan de vas se inter-relaționează cu „personalitatea" avionului sau a vaporului. Lutul și olarul devin una în timpul cât pe roată se creează ulciorul; uleiurile, pânza și pictorul se contopesc într-o relație care transferă lucrarea într-o realitate diferită. Arta transcende lumea obiectivă și pătrunde într-un tărâm mistic care este cu neputință de explicat.

Cei ce studiază *Tora* au avut întotdeauna o relație artistico-spirituală cu textul. Relație este un cuvânt potrivit pentru că experiența este aproape ca o logodnă. Persoana devine familiară cu un ansamblu de cuvinte, pătrunde în intimitatea comentariilor, comentariilor la comentarii și, astfel, i se deschide în față un univers cu totul nou.

Acesta este universul care a menținut *Tora* vie în iudaism timp de peste două mii de ani. Problemele pe care și le-a pus editorul nostru imaginar erau evidente pentru cititorii de acum mii de anii. Mare parte din tradiția orală se referă la aceste probleme. Sunt analizate și multe altele, greu de depistat pentru cititorul contemporan.

PARDES: LIVADA *TOREI*

Tora se studiază pe patru niveluri diferite, cunoscute sub acronimul P-R-D-S. Un *pardes* este o livadă sau o gradină. În ebraică se scrie cu consoanele *peh*, *reş*, *dalet* şi *sameh*. În contextul studierii *Torei*, *peh* reprezintă *p'şat*, ceea ce înseamnă interpretarea simplistă sau literală. *Reş* reprezintă *remez*, ceea ce înseamnă interpretarea lucrurilor sugerate în text: metafore, alegorii, parabole. *Dalet* reprezintă *droş*, însemnând examinarea textului pe baza aducerii unor materiale adiţionale. În sfârşit, *sameh* reprezintă *sod*, secretul materialului, sensurile ascunse care oferă cunoaşterea profundă a structurii universului.

Să examinăm câteva elemente din mitul Grădinii Edenului pomii, râurile, crearea omului - şi să vedem cum sunt acestea privite din perspectiva celor patru moduri de interpretare.

P'şat (Interpretare ad litteram)

Era un loc numit Eden şi acolo era o grădină. Cuvântul „Eden" provine din cuvântul akkadian „*edinu*", derivat din sumerianul „eden", care înseamnă „întindere plată, şes; precum este în prerie sau într-un platou, podiş. Acest lucru, pe lângă menţionarea râurilor care îl traversează, sugerează că Edenul are o localizare geografică.[29] Comentatorii sunt în general de acord că două dintre cursurile de apă care ies din Eden sunt Tigrul şi Eufratul. În ceea ce le priveşte pe celelalte două[30], unii spun că cel de al treilea ar putea fi Nilul, iar al patrulea Indul sau Gangele; dar marea majoritate conced că locul lor comun de întâlnire este Golful Persic, care ar putea fi râul" nedivinizat ce intră în grădină.[31]

Deşi Grădina Edenului nu a fost văzută niciodată de vreun om în viaţă, Reş Lakiş, un înţelept talmudic, a spus: „Dacă se află pe teritoriul Israelului, poarta sa este Bet Shean

(o regiune fertilă din apropierea Tiberiadei); dacă este în Arabia, poarta sa este Bet Gerem (posibil o regiune foarte fertilă situată în faţa Bet Shean, pe malul opus al Iordanului); iar dacă se află între râuri (regiune necunoscută), poarta sa este Damascul.[32]

O istorioară relatată în *Talmud* spune că Alexandru Macedon a descoperit Grădina Edenului în mijlocul Africii.[33] În timpul călătoriei sale a întâlnit războinici-femei, care l-au prevenit să nu se lupte în război cu ele pentru că ar avea de pierdut oricare ar fi rezultatul luptei; dacă le omora el pe ele. s-ar fi spus că le-a tras pe sfoară, profitând de superioritatea sa, iar dacă îl omorau ele pe el, ar fi fost supranumit Regele omorât de femei.

Când le-a cerut pâine, femeile i-au dat bucăţi de aur. Le-a întrebat dacă ele mâncau aur, iar ele i-au răspuns: „Dacă voiai pâine, nu aveai destulă ca să mănânci acasă la tine, de ai făcut atâta drum până aici?'. Când a plecat de acolo, a scris pe porţile oraşului: „Eu, Alexandru al Macedoniei, am fost un prost până când am venit în acest oraş al femeilor din Africa şi am căpătat înţelepciune".[34]

Mai departe, a mâncat nişte peşte sărat, pe care l-a spălat în apa de la o fântână. Peştele a căpătat un miros suav. După acel miros şi-a dat seama că apa provenea din Grădina Edenului. A găsit grădina şi a strigat să i se deschidă porţile. Gărzile i-au răspuns că erau porţile Domnului şi se deschideau numai pentru cei drepţi. El e replicat că este rege şi doreşte ceva. Aşa că i s-a dat un glob ocular. Aici, istorisirea se mută din plan real în cel metaforic.

Remez (Aluzii, metafore, parabole)

Alexandru a luat globul şi l-a cântărit, punând în contrabalanţă tot aurul şi argintul pe care-l avea la el - o cantitate semnificativă. Dar globul era mai greu decât toate bogăţiile sale. I-a întrebat pe învăţaţii care îl însoţeau: „Cum se

poate aşa ceva?" Iar ei i-au răspuns că acela era un glob ocular uman, care reprezintă dorinţa umană, poftă ce nu poate fi niciodată satisfăcută pe deplin. Pofta oamenilor trage incomensurabil mai mult la cântar decât tot aurul şi argintul din lume. Le-a cerut să-i dovedească acest lucru, iar ei au presărat nişte ţărână pe globul ocular pentru ca să nu mai poată vedea. Şi imediat acesta şi-a pierdut greutatea.[35]

Iată mitul creaţiei la nivelul remez:

Primul om a fost creat din ţărâna luată din cele patru colţuri ale lumii. Omenirea a fost făurită în felul acesta, astfel încât, dacă se întâmplă ca o persoană născută în orient să moară în occident, pământul să nu refuze să primească mortul. Aşa că, oriunde ar muri cineva, trupul său se poate reîntoarce în pământ.[36] De asemenea, ţărâna folosită era de diferite culori: roşie, pentru sânge; neagră pentru intestine; albă pentru oase; şi verde pentru pielea palidă.[37]

Rabi Iehuda a afirmat că Adam a primit acest nume din cauză că a fost luat din sol (*adamah*). Rabi Iosua, fiul lui Korhah, a susţinut că Adam a fost numit astfel întrucât era făcut din carne şi sânge (dam).[38]

Rabi Eliezer şi-a pus problema genului de muncă pe care trebuia să o facă primul om în grădină. Nu erau ogoare de arat, iar pomii creşteau de la sine. Nu era nevoie să ude grădina pentru că prin ea trecea un râu. Prin urmare, instrucţiunile date de Dumnezeu lui Adam de a o „lucra şi îngriji" nu se referă, probabil, la grădină. Mai curând trebuie să însemne că trebuie să urmeze învăţăturile *Torei*. Rabi Eliezer a spus: „Pomul Vieţii semnifică numai *Tora*; pentru că se spune în *Proverbe* (3:18), Pom al vieţii este ea pentru cei ce o stăpânesc, iar cei care se sprijină pe ea sunt fericiţi".[39]

Iar în alt pasaj, rabi Eliezer a explicat diferit metafora. A spus că pomul reprezintă bărbatul, întrucât în *Deuteronom* se spune că „bărbatul este un pom al ogorului".[40] Iar grădina reprezintă femeia, pentru că în *Cântarea cântărilor* se spune: „Eşti grădină încuiată, sora mea, mireasa mea".[41] Prin urmare

mijlocul grădinii ar sugera mijlocul femeii, iar luarea fructului oprit ar reprezenta contactul sexual nelalocul său.[42]

Droş (Cercetare, examinare)

Rabi Meir a spus că rodul Pomului Cunoaşterii binelui şi răului este grâul. (Cuvântul pentru grâu, *hita*, este similar cuvântului pentru păcat, het). Rabi Aba a susţinut că fructul era strugure. (Strugurii erau cunoscuţi ca fructe ale zeilor). Rabi Aba din Acco a afirmat că acesta este o chitră (un fruct asemănător cu lămâia; asociaţie creată pe baza unui joc de cuvinte referitor la dorinţă). Rabi Iose a spus că este vorba de smochine. Adam şi Eva şi-au acoperit goliciunea cu frunze de smochin.

Rabi Azaria şi Rabi Iuda, fiul lui Rabi Şimon, au spus: „Să ferească cerul [să ne străduim a preciza fructul pomului]. Dumnezeu nu a dezvăluit în mod intenţionat despre ce pom şi ce fruct este vorba pentru ca să nu putem învinui acest fruct de a fi adus păcatul pe lume."[43] (Este interesant de notat că nici un comentariu din *Talmud* sau din Midraş Raba nu afirmă că Pomul Cunoaşterii ar fi fost un măr. Ideea provine din surse neiudaice.

Cuvintele de „bărbat" şi „femeie" sunt compuse fiecare dintr-un element de foc şi unul de Dumnezeire. Substantivul ebraic pentru bărbat este *iş*, iar pentru femeie, *işa*. Ambele conţin în ortografie literele pentru foc *aiş*. Pe lângă literele pentru foc, bărbat se ortografiază cu un *iod* iar femeie cu un *hei*. Aceste litere sunt primele două din numele de patru litere al lui Dumnezeu: *iod-hei-vav-hei*. Învăţătura afirmă că Dumnezeu spune: „Dacă urmezi calea mea, numele meu va fi cu tine, dacă nu, îmi voi retrage numele, iar tu vei deveni foc".[44]

Cele patru cursuri de apă care străbat Grădina Edenului vin de la rădăcinile Pomului Vieţii. Ele separă regiunea inferioară (pământul) de cea superioară (cerească).

Apele din cursul inferior. asociate cu pământul, reprezintă principiul feminin. Apele din cursul superior reprezintă principiul masculin.[45] Apa este folosită ca simbol pentru că fuzionează instantaneu cu sine însăşi, implicând că separarea dintre pronia cerească şi pământ este doar temporară şi că ele vor fi una în lumea ce va veni.

Sod (Ascuns, secret)

Învăţăturile ascunse ale *Torei* se descoperă prin tehnici cabalistice. Ele sunt înconjurate de mister şi dificil de înţeles fără un bagaj considerabil de cunoştinţe. Acesta este motivul pentru care atât de puţine din aceste teze sunt accesibile unui public mai larg şi pentru care rareori se vorbeşte despre interpretarea mistică a mitului Grădinii Edenului.

În interpretarea *sod* există, de fapt, două Grădini ale Edenului, una mai jos şi una în înalturi. Persoanele evlavioase petrec, după ce mor, un timp în grădina de jos, apoi se înalţă la academia celestă, care este grădina de sus. Mai există un tărâm şi mai sus decât grădina din înalturi, unde aceşti drepţi se înalţă în cele din urmă pentru a se îmbăia „în râuri înviorătoare de balsam pur".[46] Râul care înaintează drept din Grădina Edenului reprezintă coloana centrală din cele trei coloane ale Arborelui Vieţii din Cabala. Edenul este considerat în Cabala principiul Mamei Divine, iar coloana centrală este simbolul prezenţei Divinităţii pe pământ, numită Şehina (apă) care este forţa ce hrăneşte şi dezvoltă întreg pământul (grădina).

Cele patru râuri ce se despart din acesta reprezintă cele patru emanaţii principale ale Divinităţii: afecţiunea plină de bunăvoinţă sau omenie (hesed), personificată de arhanghelul Mihail; forţa sau vigoarea (ghevorah), arhanghelul Gabriel; triumful sau gloria (neţah), arhanghelul Ubriel; şi splendoarea sau măreţia (hod), arhanghelul Rafael.[47]

Taina rostirii rugăciunii *Şema* (*Şema Israel, Adonoi Eloheinu, Adonoi Ehad* - Ascultă, Israel, Domnul este

Dumnezeul nostru, Domnul este unul) constă în aceea că ea atrage o rază de lumină din ascunsa lume divină şi o împarte în şaptezeci de lumini, reprezentând cele şaptezeci de popoare ale creaţiei. Aceste lumini devin crengi luminoase ale Arborelui Vieţii. Atunci când cele şaptezeci de crengi sunt luminate, acest arbore şi toţi ceilalţi pomi din Grădina Edenului emit parfumuri şi miresme suave, pregătind toate polarităţile opuse pentru a se uni în Unicitatea Divină.[48] În Cabala, nevoia imperioasă, imboldul pentru această unire prin reunificarea superiorului cu inferiorul, este forţa motrice a procesului creaţiei, a procesului de evoluţie a vieţilor noastre.

METODE CABALISTICE

Cunoaşterea cabalistică ne pune permanent la încercare simţul realităţii. Ne îndeamnă să pătrundem mai adânc în misterele creaţiei, prezentându-ne noi căi de acces. Globul ocular primit de Alexandru a fost o subtilă admonestare, de care el nu şi-a dat seama. Învăţaţii i-au vorbit de abisul fără fund al dorinţei omeneşti. dar el n-a recunoscut globul ocular drept simbol al propriei tendinţe de acaparare. Dacă ar fi înţeles de la început mesajul, ar fi putut câştiga dreptul de a intra în grădină.

Cabala presupune că există taine ascunse în orice. Trebuie să vedem lucrurile fără a ne folosi de ochi, să auzim fără a ne folosi de auz, să cunoaştem fără a recurge la intelect. Dacă putem străpunge suprafaţa aparenţei, vom descoperi misterele creaţiei. Lucru cu deosebire de adevărat în ceea ce priveşte *Tora*. Cabaliştii o consideră mintea, gândirea lui Dumnezeu. Este necesar doar să învăţăm cum să o decodificăm. În căutarea codurilor secrete, cabaliştii s-au folosit de o mare varietate de instrumente. Unul dintre acestea este metoda analitică de ghematria, potrivit căreia fiecare literă a alfabetului ebraic are o valoare numerică. Prima literă, alef, are valoarea unu; a doua literă, bet are valoarea doi, şi aşa mai

departe. După iod, care are valoarea de zece, valorile numerice cresc din zece în zece, până ajung la kuf, cu valoare de o sută. De aici mai departe, ele cresc din sută în sută, până la ultima literă, tav, valorând patru sute.

Ghematria: Valorile numerice ale literelor ebraice

Forma	Enunțată ca	Pronunție	Valoare numerică
א	Alef	Normală	1
ב	Bet	B or V	2
ג	Ghimel	G	3
ד	Dalet	D	4
ה	Hei	H	5
ו	Vav	V	6
ז	Zain	Z	7
ח	Het	CH	8
ט	Tet	T	9
י	Iod	Y	10
כ	Kaf	K sau Kh	20
ל	Lamed	L	30
מ	Mem	M	40
נ	Nun	N	50
ס	Sameh	S	60
ע	Ain	Guturală	70
פ	Peh	P sau F	80
צ	Țadi	Ț	90
ק	Kuf	K	100
ר	Reș	R	200
ש	Șin	Ș sau S	300
ת	Tav	T	400

Există o serie de variații în metoda ghematriei de decodificare a *Torei*. Anumite litere au forme diferite când sunt litere finale într-un cuvânt. În această formă diferită pot avea alte valori numerice. O altă variație constă în a schimba între ele

prima literă a alfabetului, alef, cu ultima, tav; apoi pe a doua, bet, cu penultima, şin, şi aşa mai departe. Aceasta se numeşte metoda atbaş (alef-tav-bet-şin) şi fiecare literă poate fi astfel schimbată cu perechea sa corespunzătoare.[49] Este evident că aceste substituiri modifică total cuvintele şi sensul afirmaţiilor.

Mai important este faptul că fiecare cuvânt în sine este un cod pentru altceva. Aşa cum am văzut mai sus, grădina poate însemna pământ, apă poate însemna Prezenţa Divină, Eden, poate însemna mamă. Cabaliştii sunt extrem de inventivi în încercarea de a sparge codurile mistice. Ei cred că fiecare învăţătură este dedusă din alt nivel de realitate.

Astfel, este lucru înţeles că *Tora* conţine toată înţelepciunea creaţiei. De fiecare dată când se reuşeşte descifrarea unui alt cod, descoperim ceva ce nu ştiusem până atunci. De aceea, în acest proces s-au folosit multe metode complexe, care să ne ofere o lupă cu care să putem examina ţesătura cosmică fibră cu fibră.

Codul atbaş

א ב ג ד ה ו ז ח ט י כ ל מ נ ס ע פ צ ק ר ש ת
ת ש ר ק צ פ ע ס נ מ ל כ י ט ח ז ו ה ד ג ב א

Alef (1)	=	Tav (22)
Bet (2)	=	Şin (21)
Ghimel (3)	=	Reş (20)
Dalet (4)	=	Kuf (19)
Hei (5)	=	Ţadi (18)
Vav (6)	=	Peh (17)
Zain (7)	=	Ain (16)
Het (8)	=	Sameh (15)
Tet (9)	=	Nun (14)
Iod (10)	=	Mem (13)
Kaf (11)	=	Lamed (12)

ADAM ŞI EVA AU FOST FRAŢI SIAMEZI

Prima formă de Adam/Eva este denumită de cabalişti *Adam ha Rişon* (conştiinţă umană primară). Aceasta nu seamănă câtuşi de puţin cu înfăţişarea umană cunoscută nouă. Înţelepţii iudaici vorbeau despre această formă în limbaj hiperbolic. Avea proporţii uriaşe, ajungând de la pământ la cer; se întindea peste pământ de la un capăt la altul.[50] Putea vedea până la cele mai îndepărtate limite ale universului, pentru că lumina se chema în acele vremuri Ohr En Sof, Lumina Nesfârşită, o metaforă pentru conştiinţa pură.

Adam ha Rişon nu vedea cu ochii[51]; vedea prin intermediul unei incomensurabile cunoaşteri. Întrucât fiecare fiinţă muritoare este o scânteie provenită din iniţialul *Adam ha Rişon*, avem cu toţii potenţialul de a percepe tot ce se poate cunoaşte în univers. Adam şi Eva au apărut simultan, uniţi pe laterală sau spate-n spate, precum siamezii.[52] *Geneza* spune; „Bărbat şi femeie i-a făcut." În limbaj biblic se spune că pentru a-i separa Dumnezeu a luat una din „coastele" lui Adam; în limbaj zoharic se spune: „Dumnezeu a desprins-o pe Eva de el".[53] (Pentru cei care afirmă că Adam şi Eva erau lipiţi spate-n spate, această desprindere este considerată cauza protuberanţelor pe care le au toţi oamenii de-a lungul şirei spinării.

Midraş Raba spune: „Când Atotputernicul a creat Adam ha-Rişon, Dumnezeu l-a făcut pe *Adam ha Rişon* cu două feţe şi l-a despicat, astfel încât erau două spinări, una de o parte şi alta de cealaltă parte.[54] Adam şi Eva au fost la origine egali, nu este un secret cabalistic; ea a fost pusă deschis în discuţie în literatura midraşică. Mai mult, încă de acum două mii de ani se ştia că ideea provenienţei efective a Evei dintr-o coastă a lui Adam este o eroare. *Tora* nu lasă loc nici unei ambiguităţi în această privinţă, Ea repetă afirmaţia: „Bărbat şi femeie i-a făcut", reluând încă o dată, „şi i-a binecuvântat şi i-a dat numele Adam în ziua în care i-a făcut".[55] Ori de câte ori în *Tora* se repetă ceva, sublinierea sugerează implicaţii mai

adânci. Aici, este imposibil să trecem cu vederea faptul că facerea bărbatului şi a femeii a avut loc simultan.

Abia *după* „păcat" a fost *Adam ha-Rişon* redus ca dimensiuni.[56] Asta înseamnă că Eva şi Adam au devenit entităţi separate încă de pe când aveau proporţii gigantice. adică, pe când ambii puteau vedea până la capătul universului. Grădina Edenului era, desigur, şi ea considerată imensă. Pomul Vieţii, aflat în centru, avea o înălţime de peste 19.200 km şi un diametru de aproximativ 80.000 km.[57] Unele surse midraşice susţin că unui om i-ar fi trebuit 500 de ani să parcurgă pe jos lungimea diametrului; asta ar face ca dimensiunea lui să fi fost de milioane de kilometri.[58] Măsurile acestea enorme sunt folosite pentru a sugera faptul că Pomul Vieţii este atotcuprinzător; el adăposteşte sub crengile lui tot ce are viaţă, plantă sau animal. Deşi în prezent ştim că universul are dimensiuni cu mult mai mari decât câteva milioane de kilometri, astronomii antici îşi închipuiau, probabil, că întregul univers poate fi inclus într-un spaţiu de o asemenea mărime.

Exagerarea dimensiunilor şi cifrelor este folosită premeditat în preceptele de înţelepciune pentru a zdruncina limitele gândirii noastre. Cultele de orientare mistică, precum budismul sau hinduismul, recurg deseori la utilizarea hiperbolei în textele primare. În budism se afirmă: „Budha va stăpâni o mie de milioane de lumi, egale ca număr cu numărul firelor de nisip din Gange. Va fi o multitudine de *bodhitsatva* numărând incalculabile... mii de miriade de milioane".[59] În istorisirile hinduse, regele Nagnejit îi dă fiicei sale, Satya, următoarea zestre pentru căsătoria cu Krişna: „Zece mii de vaci, nouă mii de elefanţi, nouă sute de mii de care, nouăsprezece milioane de cai şi nouă miliarde de sclavi"[60] Şi aceasta era doar una din miile de soţii ale lui Krişna!

Magnitudinea unor astfel de idei aruncă în aer graniţele realităţii noastre. Ne dăm imediat seama că învăţăturile mistice depăşesc procedeele şi procesele de gândire obişnuite. Tălmăcirea ad litteram, în proporţii umane, a miturilor lui Adam şi Eva şi al Grădinii Edenului constituie, în

multe privinţe, un deserviciu major întrucât favorizează comparaţii, proiecţii şi interpretări simpliste, care conduc la formarea unor imagini distorsionate şi la formularea unor deducţii greşite. Perspectiva mistică însă ne impune dintru început un cadru de referinţă modificat.

DOUĂ MITURI ALE CREAŢIEI

Interpretarea ad litteram a mitului despre Adam şi Eva ridică nişte probleme fundamentale: Avea şarpele dispoziţie de la Dumnezeu s-o ispitească pe Eva? Dacă da, atunci pedepsirea lui pare o ipocrizie sau mai rău, o măsură de-a dreptul diabolică. Dacă şarpele nu a acţionat din dispoziţia lui Dumnezeu, atunci era el oare pur şi simplu un intrigant, un instigator? Un incitator la rele în Grădina Edenului? Acesta este un oximoron. Grădina Edenului e o altă denumire a paradisului. Paradisul nu conţine instigatori la rele. Aşa încât şarpele trebuie să aibă un beneficiu de pe urma unei eventuale relaţii cu Eva. În scenariul mistic, el beneficiază câştigând vitalitate. Numele Evei, Chava, înseamnă viaţă, pentru că ea este „mama tuturor celor vii".[61] Ea deţine puterea dătătoare de viaţă: întreg universul fizic depinde de ea. Dacă şarpele se poate contopi cu ea, atunci este posibilă creaţia fizică; dacă nu, atunci starea fizică, materială, aşa cum o cunoaştem, nu poate exista niciodată. Natura intrinsecă a Evei de Mamă Supremă este de a da viaţă. Şarpele îi spune: „Veţi fi ca Dumnezeu"[62], în sensul că veţi fi capabili să creaţi viaţă. Mai târziu, Dumnezeu confirmă că şarpele nu a minţit pentru că spune că Adam şi Eva „s-au făcut ca unul dintre noi".[63] Adică, Adam şi Eva erau asemenea lui Dumnezeu pentru că acum aveau capacitatea să creeze viaţă. *Zoharul* afirmă explicit că fructul oprit este sexualitatea. Eva şi şarpele au întreţinut un raport sexual. Cu alte cuvinte, s-au contopit. Materia era acum însufleţită. Adam

s-a contopit şi el şi a adăugat forma. Şi aceasta este povestea creaţiei fizice, aşa cum o cunoaştem.

Cine interpretează *Tora* ad litteram poate ataca această interpretare mistică cu versiunea mai răspândită că mitul este o pildă referitoare la păcat şi pedepsirea acestuia. Într-adevăr, în mitologia vestică, Adam şi Eva sunt automat asociaţi cu păcatul şi pedeapsa. Cum răspund cabaliştii la aceste obiecţii?

Recitind cu atenţie textul de la începutul *Torei*, descoperim că sunt două relatări ale creaţiei. În prima sunt creaţi bărbatul si femeia şi li se spune să fie rodnici şi să se înmulţească.[64] În acest capitol de început, care se continuă până în cea de a şaptea zi, totul este bine şi frumos. Creaţia este perfectă, nu apar nici un fel de probleme la orizont şi întreaga poveste s-ar putea încheia după o pagină.

Acesta este un mod în care se poate desfăşura creaţia: perfectă, netulburată, utopică. Dar acest nivel de perfecţiune este o lume plată, bidimensională. Nu are adâncime, în sensul că nu există liber arbitru. Dacă universul ar fi în totalitate predeterminat, nu ar mai exista potenţial pentru creativitate. Acesta este unul din sensurile ideii că conştiinţa umană a fost creată după chipul şi asemănarea lui Dumnezeu, cu alte cuvinte, că noi putem crea. Dovada acestui potenţial de creativitate se face prin actul de a-l înfrunta pe Dumnezeu şi a mânca din fruct. Este expresia liberului arbitru şi sursa unei creaţii imperfecte, dar pline de viaţă.

Aşadar, *Tora* repovesteşte istoria. Se întoarce la ziua a şasea şi oferă o nouă variantă. În această repovestire este prezentată Grădina Edenului, iar Dumnezeu îl previne pe *Adam ha Rişon* să nu mănânce roade din Pomul Cunoaşterii întrucât această faptă i-ar aduce în mod sigur moartea. Este o afirmaţie cât se poate de adevărată. Până în acest moment, în Grădina Edenului nu există moarte. Ea nu există deloc. De fapt, universul fizic nu există. Toate minunatele creaţii din grădină sunt non-fizice. Acest lucru poate părea confuz pentru că citim despre pământ, plante, mări, păsări, animale şi aşa mai departe. Pare să se asemene cu pământul pe care-l cunoaştem.

Dar, din perspectiva mistică, Grădina Edenului este dincolo de orice realitate cu care ne putem raporta la nivelul nostru obişnuit de conştiinţă.[65]

Povestea Grădinii Edenului prezintă o situaţie în care nu există separare sau simţământ de identitate. Corpul lui Adam şi al Evei, combinate iniţial, nu arată ca ceva cunoscut nouă. Chiar şi conceptul de fraţi siamezi ne induce în eroare pentru că Adam/Eva nu avea formă umană atunci când a fost prima dată despărţită în două entităţi. Nimic nu ne este familiar în modul în care concepem noi lucrurile.

Dar, odată format universul fizic, citim că glasul lui Dumnezeu „umblă" prin grădină în briza serii. Aceasta este o imagine metaforică mistico-poetică, folosită pentru a indica faptul că în sfera creaţiei a apărut o nouă materialitate.

Dumnezeu îi întreabă pe Adam şi Eva: „Unde sunteţi? Exprimarea este retorică: „Uitaţi-vă unde sunteţi! Sunteţi în trupuri, sunteţi fiinţe materiale. V-am spus că acesta va fi rezultatul. Acum veţi muri cu siguranţă." Apoi, ce se întâmplă? Dumnezeu le dă lui Adam si Evei haine făcute din piei. Ceea ce înseamnă că de-acum ei au simţământul separării. Aceasta este „pedeapsa" gândirii discriminatorii. Lucrurile devin deosebite, distincte; s-au văzut ca fiinţe separate. Înainte de episodul cu şarpele, nu exista simţământul goliciunii. Acesta apare când cineva are o identitate şi are simţământul individualităţii sale.

Ca metaforă a actului sexual, mâncatul în Pomul Cunoaşterii nu este o acţiune care se face de unul singur, precum mâncatul fructelor obişnuite, necesare existenţei, pentru a mânca din acest pom este nevoie de doi, se face pe baza existenţei unei relaţii. Citind cu atenţie acest pasaj, constatăm că Adam nu spune că Eva l-a forţat să mănânce, ci mai degrabă că ea i-a oferit fructul, iar el l-a luat de bunăvoie.[66] Este mai curând o recunoaştere a unei relaţii decât o învinuire.

Există un mod diferit de interpretare a traducerii tradiţionale a pasajului în care Eva spune: „Şarpele m-a amăgit

şi am mâncat."[67] Cuvântul folosit aici pentru ispitire/seducere, hişiani poate fi tradus şi în sensul de „a ridica" sau „a înălţa".[68] Astfel, aceeaşi frază devine: „M-a înălţat [într-o stare elevată] şi am mâncat (am avut relaţii sexuale)." Această interpretare adaugă o dimensiune cu totul nouă la întreaga istorie. A fost stimulată apariţia unei stări elevate de conştiinţă. Adică, creaţia a realizat un nou potenţial de conştientizare.

Comentariile standard la *Tora* nu menţionează posibilitatea unei asemenea interpretări a relaţiei Eva-şarpe. În acest punct al povestirii, Dumnezeu îl blestemă pe şarpe. Textul este: „Blestemat să fii între toate dobitoacele şi toate fiarele câmpului".[69] Nu este curios? Înseamnă că toate animalele domestice şi sălbatice sunt blestemate? De ce sunt blestemate? Dacă nu sunt, atunci în ce constă gravitatea blestemului asupra şarpelui. Ar fi fost mai dramatic dacă Dumnezeu i-ar fi spus şarpelui că este blestemat pentru totdeauna.

Aceasta este o problemă care i-a preocupat pe mulţi comentatori. Unii învăţaţi talmudici sugerează că blestemul se referă la procreere şi că perioada de gestaţie la şarpe va fi mai lungă decât la alte animale.[70] Alţii contrazic acest raţionament. Toţi sunt însă de acord că blestemul nu are sens în forma în care este scris; într-adevăr, comparaţia diminuează forţa sa.

Cealaltă parte a blestemului spune că şarpele se va târî pe pântece şi va mânca ţărână. Există mii de creaturi care se târăsc pe burtă, iar multe dintre acestea trăiesc chiar sub pământ. Sunt şi ele blestemate? Şi, ca să încheiem, persistă încă serioase nelămuriri în ceea ce priveşte adevăratul sens şi intenţia reală a blestemului; unii spun că nu este, de fapt, nici un fel de blestem.

Tora menţionează că va exista o vrajbă, o duşmănie între oameni şi şerpi ;că oamenii vor zdrobi capetele şerpilor, iar şerpii îi vor muşca de călcâie. În Cabala, cap şi călcâi sunt cuvinte codificate pentru erele din creaţia în desfăşurare. Capul reprezintă epoca timpurie a unei ere, iar călcâiul reprezintă sfârşitul său.

Potrivit acestui mod de a vedea lucrurile, ne aflăm în prezent în stadiul de călcâi al unui ciclu de şase mii de ani. Când acesta se sfârşeşte. începe era mesianică. Zdrobitul şi muşcatul sugerează puncte de tranziţie. Şarpele care ne muşcă de călcâie indică faptul că ne apropiem de realizarea conştiinţei mesianice. Când îl vom călca pe cap, vom intra în cele din urmă în noua eră.[71] Cuvântul ebraic pentru şarpe (*nahas*) este egal ca valoare numerică cu mesia (*mesiah*).[72] Din această perspectivă cabalistică, şarpele este mijlocul prin care se obţine conştiinţa mesianică. Astfel că, şarpele reprezintă mult mai mult în iudaismul mistic decât se cunoaşte, iar o înţelegere mai profundă a acestor teze modifică substanţial modul în care interpretăm mitul creaţiei. Fără şarpe, fără insuflarea de energie în creaţie, nu am fi avut niciodată posibilitatea de a urma drumul care ne întoarce la Sursa noastră Divină.

CREAȚIA MISTICĂ

În septembrie 1981. nu mult după nunta noastră, Shoshana şi cu mine am făcut o călătorie cu caracter de tatonare în Israel pentru a decide dacă era locul unde am fi dorit să trăim şi să studiem. Am ajuns chiar înainte de Roş Haşana şi am fost invitaţi în peste douăzeci de case de familii pioase pentru a petrece ziua de sărbătoare şi a onora mesele festive de Şabat din luna aceea. A fost o experienţă minunată aproape sub toate aspectele, dar pe parcursul întregii vizite a prevalat un subiect anume, ceea ce ne-a neliniştit şi era cât pe ce să ne convingă să nu mai venim vreodată înapoi.

Roş Haşana este considerată ziua care marchează facerea lumii. Este, ca să spunem aşa, ziua de naştere a lui Adam şi a Evei.[73] La nivel esoteric, este ziua judecăţii[74], când numele fiecăruia este înscris într-un registru ceresc pentru viaţă sau moarte în anul următor.[75] Curiozitatea mi-a fost aţâţată într-una din primele familii pe care le-am vizitat, atunci când Elisha, amfitrionul nostru, şi-a exprimat credinţa fermă de orientare fundamentalistă, că Adam şi Eva au fost oameni reali şi că creaţia a avut loc acum 5.742 de ani. După opinia lui, înainte de asta nu existase nimic.

Am găsit ideea oarecum amuzantă şi am spus:

- Dar ştiinţa demonstrează contrariul. Arheologia, geologia, biologia şi astronomia au metode de a proba că lumea există de sute de milioane de ani.

Elisha a replicat:

- Nici una din aceste ipoteze ştiinţifice nu poate fi dovedită ca adevărată. Toate depind de observaţii. Dar, gândeşte-te la asta: ce-ar fi dacă creaţia s-a făcut în aşa fel încât vestigiile să fi fost făurite chiar atunci. Fiecare os al aşa numitelor animale preistorice a fost creat în acelaşi timp cu Adam şi Eva. dar fiecare a fost făcut în aşa fel, încât testul cu

carbon să arate că are o vechime de milioane de ani.

- Vrei să spui - am răspuns eu - că Dumnezeu a făcut o farsă de proporţii cosmice la adresa ştiinţei şi că totul este în realitate un fals, pus acolo pentru a-i păcăli pe oameni, ca aceştia să creadă că universul este vechi de miliarde de ani, când, de fapt, el are numai câteva mii de ani?

- Da, asta este exact ceea ce vreau să spun. Mai mult, oamenii de ştiinţă nu pot face nimic pentru a dovedi categoric că nu am dreptate.

A intra în dispută cu Elisha asupra acestui subiect ar fi fost oarecum disputa pe tema dacă un copac care se prăbuşeşte face zgomot sau nu, dacă nu-l aude nimeni. În mod cert, un farseur atotputernic şi atotştiutor ar putea realiza aproape orice fel de miraj. Dacă ar fi aşa, n-am avea motive să credem că ceva s-a întâmplat *numai cu un minut în urmă*, cu atât mai puţin cu miliarde de ani în urmă. Oricum, mi-era greu să accept teoria lui Elisha datorită faptului că se baza pe un Dumnezeu care folosea o complicată schemă de inducere în eroare. Deşi este adevărat că un sistem de credinţă care pune la îndoială caracterul fizic al lumii materiale ar putea fi util, în sensul că ne-ar face receptivi faţă de conştiinţa mistică, sunt atâtea alte căi de evidenţiere a lumii iluzorii a realităţii noastre, fără să fie nevoie să se recurgă la o farsă premeditată. Din nefericire, Dumnezeu ca farseur ar avea o creaţie căreia, prin însăşi natura sa, i-ar lipsi esenţa credinţei adevărate, pentru că nimic nu poate fi crezut într-un univers construit pe înşelăciune.

Elisha nu este singurul care are asemenea idei. El reprezintă o fracţiune mică, dar semnificativă, a evreilor care au convingeri fundamentaliste. Interesant este că mulţi fundamentalişti se situează în ceea ce mulţi consideră a fi nucleul iudaismului „autentic", iar interpretările şi opiniile lor privitoare la legi, obiceiuri şi ritualuri sunt foarte respectate. De aceea, am fost foarte răvăşit pentru că aceştia nu sunt genul de oameni la care aş apela pentru îndrumare spirituală.

Cabala însă susţine altceva. Ea spune că creaţia nu este ceva ce s-a întâmplat într-un anumit moment în timp; creaţia are loc mereu. Se petrece chiar în momentul de faţă. Cu aproximativ cinci mii şapte sute de ani în urmă, potrivit calendarului ebraic, conştiinţa umană a devenit o nouă realitate în această parte a universului. Fenomenul este ceea ce apare în *Tora* drept Adam şi Eva în Grădina Edenului. Este povestea începutului unui nou nivel de conştiinţă. Dar nu trebuie să ne referim la creaţie ca la ceva din trecut pentru că este prezentă în mod constant şi în permanentă desfăşurare, un fenomen neîntrerupt. Aceasta nu exclude faptul că universul fizic - din punctul nostru de vedere - a avut un moment de concepere. De fapt, potrivit calculelor cabalistice, începuturile universului fizic se extind pe mai bine de cincisprezece miliarde de ani.[76] Dar Cabala mai spune că nici cincisprezece miliarde de ani nu sunt suficienţi, pentru că universul acesta, aşa cum îl cunoaştem, nu este primul. Au mai existat şi altele.[77] Important rămâne însă faptul că creaţia este un fenomen în desfăşurare. De aceea, este absurd să încerci aşezarea fenomenului într-un cadru temporal - fie că eşti om de ştiinţă sau fundamentalist religios.

Oamenii de ştiinţă sunt de sute de ani în controversă cu teologii pe problema evoluţiei si a stabilirii momentului creaţiei. Dar Cabala este mai radicală decât ştiinţa deoarece avansează ideea unei serii de creaţii. Sefer Ieţira, unul dintre textele cabalistice timpurii, spune că şapte litere anume din alfabetul ebraic simbolizează şapte universuri şi şapte ceruri.[78] Acestea sunt universuri care au fost create şi distruse, dar există divergenţe de opinii în ceea ce priveşte precizarea în care dintre aceste universuri trăim în prezent. Aşa cum evidenţiază Aryeh Kaplan: „Potrivit unora dintre cabalişti. creaţia de faţă este a doua, pe când alţii susţin că este a şasea sau a şaptea".[79] Din altă perspectivă, mai multe universuri pot exista concomitent, pentru că odată ce transcendem universul aşa cum îl cunoaştem, timpul îşi modifică semnificaţia. Aceste concepte cabalistice privind universurile multiple, în

succesiune liniară sau concomitente, cuprind în esenţă toate teoriile ştiinţifice, inclusiv teoria evoluţiei, şi se extind dincolo de ele.

CREAŢIA CONTINUĂ

Principiul creaţiei permanente, fără început şi sfârşit, se bazează pe teza că există o sursă de viaţă care emană veşnic energia necesară pentru întreaga existenţă. Dacă această sursă s-ar opri, fie şi pentru o fracţiune de secundă, totul ar dispărea. Adică, toată omenirea, deci toată natura, deci toată creaţia sunt continuu şi permanent întreţinute, susţinute în fiecare moment al existenţei lor. Ca şi cum creaţia ar fi un bec, care stă aprins atâta timp cât primeşte energie electrică. În momentul când întrerupem curentul, becul se stinge.

Dacă intrăm într-o cameră în care arde lumina, nu ştim când a fost aprinsă aceasta. Poate că s-a aprins cu o clipă înainte de a intra noi. Ca la frigidere, este posibil ca uşa de la cameră să aibă un contact încorporat care aprinde lumina în momentul în care ea este deschisă, Fără informaţii suplimentare însă, nu putem deduce nimic din faptul că lumina este aprinsă când deschidem uşa spre cameră. Indiferent de cât de repede o deschidem, în încercarea de a surprinde întunericul dinainte, lumina este aprinsă ori de câte ori se deschide uşa.

Imaginaţi-vă că şi creaţia funcţionează la fel. Dacă intrăm într-o cameră cufundată în întuneric şi izolată fonic, nu avem nici o idee despre ceea ce se întâmplă pe lume sau chiar dacă există sau nu o lume. De fapt, în această situaţie ne pierdem atât de repede simţul realităţii, încât nu avem cum să ştim că există o lume. Am putea foarte bine fi în propriile coşciuge, pe moarte sau morţi deja, pentru că, într-un vid fără nici un fel de stimuli nu avem nici o fundamentare pentru a estima realitatea. Dacă am putea ieşi din întuneric şi am deschide ochii, am reconstitui rapid realitatea ca bază de estimare. În acea clipă, cât ne-am reformula lumea, ar fi ca şi

când creaţia ar fi nou nouţă, s-ar petrece chiar atunci.

Acum imaginaţi-vă că, ori de câte ori clipim, alunecăm în starea de spirit a izolării dintr-o cameră închisă. De câte ori deschidem ochii, trăim creaţia din nou, ca nouă. Presupunând că am putea clipi de mii de ori pe secundă, creaţia ar putea să înceapă mereu[80].

Aşa şi este. Priviţi în jur. Uitându-vă la ceva, încercaţi să vă imaginaţi că de la o secundă la alta acest ceva îşi primeşte forma şi substanţa de la centrul universului. Dacă sursa ar fi întreruptă, totul ar dispărea într-o clipită. Tot ce vedem, tot ce ştim, se poate evapora în orice moment.

Ştiinţa teoretică modernă avansează această idee în principiul relaţiilor de imprecizie al lui Heisenberg. El susţine că nu ştim niciodată dacă existenţa unei anume forme se va menţine ca atare sau dacă ceva nu-şi va asuma instantaneu o formă complet nouă.[81]

Într-adevăr, deşi există puţine adevăruri absolute în această creaţie, unul dintre acestea este că lucrurile sunt în continuă schimbare. Asta înseamnă că nu avem niciodată certitudinea, de la un moment la altul, că fluxul neîntrerupt al creaţiei va continua.

Ideea de flux continuu al creaţiei schimbă complet modul nostru de a privi lucrurile. Când avem un sentiment de soliditate şi materialitate trainică, suntem înclinaţi să avem mai mare încredere în trecut şi în viitor. Istoria are o dimensiune importantă în realitatea noastră şi ne bazăm vieţile pe propriile noastre experienţe şi pe cele ale altora. Teza creaţiei permanente însă ne pune într-o relaţie cu viaţa despre care misticii din lumea întreagă susţin că este realitatea supremă; nu există decât *Acum*.

Desigur că dimensiunea suplimentară din iudaism este că *Acum* se află în mâna lui Dumnezeu, ca să spunem aşa. Parametrii acestui moment sunt susţinuţi în întregime de natura Divinităţii. Astfel că există o relaţie vitală între Dumnezeu şi oricare aspect al creaţiei. Fiecare respiraţie a mea este iniţiată, susţinută şi alimentată de forţa creatoare. Fiecare întâmplare este impregnată de magia Prezenţei Divine.

CABALA ŞI TEORIA BIG BANG-ULUI

Concepţia cabalistă a creaţiei este în contradicţie cu fizica teoretică modernă, în prezent adepta teoriei marii explozii iniţiale. Conceptul de Big Bang susţine că acum multe miliarde de ani s-a întâmplat ceva, o expandare instantanee, care a format universul primordial. Conform acestei teorii, universul nostru se dilată continuu de la acest impuls iniţial.

Ideea că creaţia a avut loc în trecut conduce la presupunerea unei distanţe în timp între actul creator şi existenţa noastră prezentă. Implică o distanţă fizică între localizarea noastră în spaţiu şi forţa creatoare. Astfel, realitatea în care trăim, cât timp ne supunem limitelor de timp şi spaţiu, ne conduce la credinţa eronată a existenţei unei separări între noi şi sursa de viaţă.

Credinţa în separare ne face deseori să ne pierdem speranţa şi să avem un simţământ de izolare, care se poate manifesta ca alienare sau disperare. Aproape toate dificultăţile întâmpinate în căutările noastre spirituale sunt legate de sentimentul că suntem izolaţi, despărţiţi de alţi oameni, deconectaţi de la sursa vieţii.

Misticismul iudaic abordează această problemă, a sentimentului că suntem singuri în cosmos, punând sub semnul întrebării concepţiile noastre fundamentale privind creaţia. Odată ce realizăm şi trăim relaţia intimă cu Dumnezeu, care este continuă şi umple orice moment, nu ne mai putem simţi singuri niciodată. Perspectiva mistică arată că această relaţie este indispensabilă pentru ambele părţi, întrucât Creatorul şi creaţia evoluează simultan. De exemplu, părintele este definit prin existenţa copilului său. Fără copil nu poţi fi părinte şi viceversa. Nu există donator fără primitor şi nu poţi primi fără să dai şi tu ceva. Nimic nu este separat, izolat, cu excepţia „simţământului" de izolare însuşi, un simţământ a cărui netemeinicie este uşor de dovedit. Căci, în momentul în care am fi separaţi de sursa vieţii, nu am mai putea exista.

Problema cu teoria Big Bang-ului este că aceasta presupune că în trecut s-a întâmplat ceva, o mare explozie de energie, care continuă, - prin propriul impuls de milioane de ani. Dar în planul Divinului nu există trecut sau viitor, aşa cum le cunoaştem noi. În plus, avântul mişcării din teoria Big Bang-ului ar fi previzibil, pe câtă vreme misticii iudaici cred că creaţie este întotdeauna incertă.

Big Bang este mai degrabă o emanaţie creatoare în desfăşurare. Universul se bazează pe o relaţie echilibrată de simbioză între Creator şi creaţia sa, fiecare dintre aceşti doi termeni fiind indispensabil pentru continuarea existenţei universului. Dacă oricare dintre părţile aflate în relaţie nu o alimentează pe cealaltă, totul se opreşte brusc. Pe de altă parte, interacţiunea neîntreruptă dintre Creator şi creaţie defineşte şi îmbogăţeşte fiecare moment - iar fiecare moment este un nou impuls de Big Bang.

Unul dintre maeştrii hasidismului din secolul al XVIII-lea, rebe Levi Iţhak din Berdicev. scria: „ Radiaţia continuă de forţă creatoare a Creatorului nu conteneşte niciodată în lume; în fiecare clipă, aceste emanaţii [vitale] radiază înspre creaţia Sa, înspre toate lumile şi toate palatele (niveluri de conştiinţă elevată) şi către toţi îngerii."[82]

NATURA LUI DUMNEZEU

Ce este Dumnezeu? Intr-un fel, Dumnezeu nu există. Percepţia noţiunii de Dumnezeu pe care o avem conduce la o înţelegere greşită, care subminează foarte serios dezvoltarea noastră spirituală.

Dumnezeu nu este ceea ce credem noi că este. Dumnezeu nu este un lucru, o fiinţă, un substantiv. El nu există în sensul în care se defineşte existenţa pentru că nu ocupă spaţiu şi nu este legat de timp. Misticii iudaici se referă deseori la El cu termenul de *En Sof*, ceea ce înseamnă *Nemărginire*.

En Sof nu trebuie conceptualizat în nici un fel. Nu trebuie numit Creator, Atotputernic „ *Tată*, *Mamă*, *Infinit*, *Brahma*, *Spiritul lui Budha*, *Alah*, *Adonai*, *Elohim*, *El* ori *Şadai*; şi nu trebuie niciodată, dar niciodată, să ne referim la noţiune cu pronumele masculin de persoana a treia. Pentru că nu este nici unul din aceste nume şi nu are gen.

Când îi spunem Dumnezeu, ce avem în vedere? Dacă spunem că este milostiv, plin de bunătate şi înţelegere, sursă a iubirii vorbim probabil despre imaginea a ceea ce credem noi că ar trebui să fie natura divină, dar nu vorbim despre *En Sof*. La fel, dacă spunem că Dumnezeu cel înfăţişat în *Biblie* este răzbunător, invidios, mânios, crud, nepăsător sau sever, nu ne referim la *En Sof*, pentru că acesta include toate însuşirile, dar nu poate fi definit de nici una, individual sau de către toate combinate.

Misterul originii universului a fascinat gândirea umană de la începuturile istoriei omenirii. În toate culturile găsim veşnicele întrebări: Există un creator, şi dacă da, care este natura sa? Dacă nu, cum a început Creaţia şi care este menirea acesteia?

Misticii susţin că există o conexiune universală între toate lucrurile; ştiinţa modernă ne oferă acelaşi mesaj. Această

conexiune are diferite denumiri. Unii spun că este o forţă sufletească, alţii o numesc iubire; anticii o denumeau eter, ştiinţa foloseşte termenul de energie. Şi totuşi, deşi există un consens general în ceea ce priveşte existenţa unei esenţe fundamentale, prezentă în dezvoltarea şi evoluţia continuă a universului, relaţia noastră faţă de nucleul acestei esenţe a fost şi este o problemă controversată.

Misticii iudaici sunt preocupaţi mai ales de numele atribuit acestei conexiuni. Oamenii confundă numele cu identităţile. Multe culturi primitive păstrează secretul numelui. Oamenii nu îşi dezvăluie numele de teamă că, aflându-l, vei avea putere asupra lor. La fel, uneori nu se lasă fotografiaţi. În mintea primitivilor, esenţa unei persoane poate fi captată şi făcută prizonieră dacă cineva are controlul asupra numelui sau imaginii persoanei.

Acordarea unui nume indescriptibilului, extraordinarului, este o piatră de încercare de care se poticnesc majoritatea oamenilor. În general, credem că dacă ceva are un nume, are o identitate. O identitate are anumite însuşiri, caracteristici. Aşa că, noi credem că ştim câte ceva despre ea. Or, asta este eronat.

De mii de ani această eroare s-a întipărit în mintea oamenilor. Cuvântul „Dumnezeu" sugerează întruchiparea a ceva ce poate fi înţeles. Am dat un nume la ceva ce nu este cunoscut şi este incognoscibil, iar apoi am irosit timp fără sfârşit încercând să-l cunoaştem. Încercăm pentru că are un nume; dar dăm greş de fiecare dată pentru că nu poate fi cunoscut. Iudaismul este atât de preocupat de această înţelegere greşită încât face mari eforturi în a evita să-l numească pe Dumnezeu în vreun fel. Şi totuşi, se mai strecoară tot felul de nume pentru că gândirea noastră nu poate opera fără simboluri.

Ce este atunci Dumnezeul despre care se scrie în *Biblie*? Cabaliştii spun că primul verset din *Geneză* a fost tradus greşit. Majoritatea oamenilor cred că acesta spune: „La început Dumnezeu a creat cerul şi pământul". Dar cuvintele

din ebraică pot fi citite altfel. Un cabalist ar citi: „Intru început, l-a creat pe Dumnezeu (alohim), cerurile şi pământul".[83] Adică, din Neant a fost creat potenţialul de început - Sorgintea. Odată ce a fost un început, a fost creată Dumnezeirea (în forma de plural), o Divinitate la care se putea raporta restul creaţiei. Apoi au fost create cerurile şi pământul.[84]

Implicaţia acestei interpretări afectează profund întreaga noastră relaţie cu Dumnezeu şi creaţia pentru că susţine că toate numele pe care le-am atribuit lui Dumnezeu şi toate modurile în care ne raportăm la El sunt deviate cu câteva grade de sursa creaţiei, care precede chiar şi Neantul. Aceasta este *En Sof*, ceea ce nu este numele a ceva, ci este un proces în desfăşurare.

EN SOF

Noţiunea de *En Sof* a fost prezentată pentru prima dată de cabalistul din secolul al XII-lea, Isaac Orbul. El susţinea că *En Sof* precede gândirea (*mahşavah*) si chiar Neantul (*ain*) din care se naşte gândirea. Neantul este considerat un nivel de conştiinţă ce este rezultatul „anihilării gândirii".[85]

Ideea anihilării gândirii aste, desigur, paradoxală. Ne putem imagina un vid fără început şi fără sfârşit? Putem noi, limitaţi de minţile noastre finite, să ne imaginăm infinitul? Răspunsul este nu, nu ne putem reprezenta Nimicul, Neantul, Inexistenţa.[86] Tot ce ne putem noi imagina are un gen sau altul de graniţe - cabaliştii numesc asta veşmânt sau vas receptacul - iar graniţele sunt containere. Toate gândurile, inclusiv imaginaţia, sunt veşminte sau vase.

Prin definiţie, graniţele situează nişte limite. Putem da un nume infinitului, putem desena un simbol ca un opt culcat şi spune că acesta reprezintă infinitul, dar, indiferent de cât de mult credem că imaginaţia noastră este nelimitată, rămânem captivi între graniţele propriei realităţi. Dacă putem să ni-l închipuim, acela nu este infinitul. Dacă infinitul este dincolo

de imaginabil, atunci cum este cu ceea ce transcende infinitul - ceea ce l-a creat? *En Sof* nu este „restricționat" de infinit. De fapt, acum nu ne mai ajung cuvintele pentru că ideea de „trans-infinit" este, din punct de vedere logic, o absurditate. Ce poate trece dincolo de infinit? Mai mult, ce poate trece dincolo de Neantul care înconjoară infinitul? Acesta este *En Sof*. Deși ni se spune că *En Sof* nu aste accesibil prin demersul intelectual, ne putem întreba dacă există o „cunoaștere" ce depășește intelectul. Avea Isaac Orbul acces la un nivel de conștiință prin care putea cumva înțelege ceea ce nu poate fi perceput? Răspunsul este da. Misticismul iudaic afirmă că putem cunoaște *En Sof* prin modalități care transcend gândirea. Acest aspect al dezvoltării unei relații cu *Nemărginirea*, cu sursa creației, este cheia de boltă a întregii Cabale și ceea ce asigură vitalitatea tuturor practicilor iudaismului. Principiul tainic de dezvoltare a acestei relații cu ceea ce nu poate fi cunoscut rezidă în fundamentarea mistică a însăși naturii relației.

Cuvântul Dumnezeu și celelalte nume ale sale din iudaism, cum ar fi *El*, *El Șim*, *Adonai*, *Șadai*, și așa mai departe reprezintă aspecte ale lui *En Sof*. Explorarea acestor aspecte ne oferă posibilitatea de a cunoaște care este natura lui *En Sof*. Astfel, ori de câte ori în această carte discutăm despre Dumnezeu, nu este vorba de o noțiune în sine, ci de o reprezentare a unui mister mult mai profund.

SĂRUTUL DIVIN

În *Cântarea cântărilor* misticul murmură despre sărutările iubitei: „Sărută-mă cu sărutările gurii tale, căci sărutările tale sunt mai bune ca vinul".[87] Simțim freamătul inimii pline de dor a îndrăgostitului: „Sunt bolnavă de iubire, stânga sa-i sub capul meu și cu dreapta-i mă cuprinde[88]. Trăim fiorul anticipării: Iubitul meu mâna pe ivăr a-ntins și inima mi-a tresărit; iute să-i deschid m-am ridicat".[89]

„Ah, spunem noi, pasiunea iubirii dintre tineri!" Dar nu este un poem despre tineri îndrăgostiți, ci despre noi, despre fiecare ființă omenească, și descrie relația noastră potențială cu Divinitatea. Poate că nu credeți asta; poate credeți că o relație intimă cu Divinitatea vă depășește. fiind rezervată pentru alții sau pentru o altă viață. Nu este așa. Face parte din dreptul nostru predestinat; este a noastră, a mea și a ta. Tot ce este nevoie să facem este să învățăm să ne debarasăm de teamă, pentru că teama menține barierele separării.

În multe credințe, expresia mistică a relației cu Divinitatea se face prin intermediul lui Eros, văpaia inimii mistuite de pasiune. De ce? Pentru că atunci când realizăm că prezența Divinității se dezvăluie în plinătatea fiecărui moment, inimile ni se topesc și zăgazurile năzuinței noastre mistuitoare se deschid larg,

Aceasta este o manifestare mistică divină. Nu poate fi explicată rațional. Deși nu putem trece de bariera dintre noi și ceea ce se află dincolo de infinit, putem trăi în străfundurile ființei noastre realizarea că, la fiecare pas al nostru, Divinitatea păşeşte odată cu noi; fiecare respirație a noastră este conectată la respirația universului, și că iubit, iubită si însăși esența iubirii sunt toate reflectări ale exact aceluiași lucru. În fiecare din aceste momente cunoaștem, „avem cunoștință de" prezența Divinității și nu există separare.

Unul din marii mistici iudaici ai secolului al XIII-lea, Abraham Abulafia, a spus despre cel care a atins acest nivel de conștiință spirituală: „Acum nu mai suntem separați de sursa noastră și iată că noi suntem sursa, iar sursa este în noi. Suntem atât de strâns uniți cu ea, încât nu putem fi despărțiți cu nici un chip, pentru că suntem ea."[90]

Există o frumoasă povestire sufistă despre un om care striga și se văita mereu la Dumnezeu, dar nu primea nici un răspuns. După un timp, diavolul i-a șoptit: „Cât ai să mai aștepți ca Dumnezeu să-ți răspundă prezent la toate rugile tale fierbinți?" Asta i-a distrus omului moralul și a încetat să-l mai invoce pe Dumnezeu. În vis însă i s-a arătat imaginea

Divinității[91], care l-a întrebat de ce a încetat să se roage. Omul a spus că Dumnezeu nu i-a răspuns niciodată. Înțeleapta imagine din vis care-l reprezenta pe Dumnezeu, a spus: „Nu ți-ai dat seama că fiecare chemare de-a ta este prin ea însăși răspunsul meu?"[92]

Nevoia de a-l invoca pe Dumnezeu capătă întotdeauna un răspuns simultan, imediat ce a fost rostită, pentru că, în esență, nu este nici o diferență între cel care invocă și ceea ce invocă el.

Reb Menahem Mendel - Koțker - un vestit îndrumător hasidic din secolul al XIX-lea - care și-a trăit ultimii douăzeci de ani de viață în recluziune voluntară, l-a întrebat pe unul din discipolii săi: „Unde sălășluiește Dumnezeu?" Pe când învățăcelul se bâlbâia în căutarea unui răspuns, rabi și-a răspuns singur la întrebare: „Dumnezeu sălășluiește pretutindeni unde este lăsat să intre!"[93]

Misticii din toate timpurile și din toate credințele au afirmat întotdeauna același lucru. Nu este nevoie să-l căutăm pe Dumnezeu, pentru că prezența Divinității este peste tot, în toate lucrurile. Dacă este vorba într-adevăr despre o căutare, atunci Dumnezeu se caută pe sine, ca să spunem așa.

DUMNEZEU ESTE UN VERB

Ne apropiem cel mai mult de adevărata esență a lui Dumnezeu atunci când îl concepem ca proces și nu ca făptură, entitate. Îl putem concepe ca „fiind" mai degrabă verb decât substantiv. Poate am putea înțelege mai bine conceptul dacă l-am numi altfel. L-am putea numi Dumnezeind, un proces, și nu Dumnezeu, ceea ce este un substantiv.

Ideea a fost elaborată de rabi Zalman Schachter-Shalomi, care spune că genul de verb care reprezintă noțiunea de Dumnezeind este diferit de verbele din limba obișnuită. Majoritatea acestora din urmă sunt tranzitive, necesitând un complement direct, un obiect asupra căruia să-și

exercite acţiunea, sau intranzitive, neobligate de a avea complement direct. El afirmă că Dumnezeind este un verb de interacţiune reciprocă, unul care presupune o interdependenţă între două subiecte, fiecare dintre acestea fiind obiectul (complementul direct şi conţinutul spre care se îndreaptă acţiunea) celuilalt.[94]

De exemplu, „comunicând" ar putea fi un astfel de verb. Când vorbesc unui public, pot foarte bine să nu comunic. Sunt angrenat în actul comunicării, dar dacă publicul nu este atent şi se gândeşte la alte lucruri, eu nu comunic, oricât de mult aş vorbi. Comunicarea mea verbală depinde de existenţa unui ascultător, nu este o acţiune cu sens unic. Alte verbe care se încadrează în această categorie sunt: iubind, împărtăşind, dansând, sărutând, îmbrăţişând şi aşa mai departe.

Putem intra în relaţie cu Dumnezeu ca verb interactiv. El este Dumnezeind. Mai mult, din această perspectivă. creaţia nu trebuie tratată ca substantiv. Şi ea este un verb interactiv, creând continuu. Şi, stimate cititor, nici tu nu trebuie să te consideri substantiv - Ioan, John, Elena sau Grigore. Ţinând seama de faptul că Dumnezeu este un verb interactiv, şi voi sunteţi verbe; sunteţi Ioanind, Johnind, Elenind, Grigorind, în relaţie cu Dumnezeind, tot aşa cum eu sunt Davidind.

Fiecare parte a universului este într-o relaţie dinamică cu toate celelalte. În inter-relaţiile umane precum căsătoria, unul dintre parteneri este soţuind. iar celălalt nevestind. Cei doi, în acest sens, sunt o unitate. În mod normal, percepem relaţiile în termenii părţilor lor componente, însă greşim atunci când presupunem că părţile sunt distincte, separate.

Este important să reţinem conceptul de Dumnezeind ca fiind o posibilitate de a avea o relaţie cu Divinitatea, ceea ce nu trebuie confundat cu a avea o relaţie cu *En Sof*. În *En Sof* sunt cuprinse multe nume ale lui Dumnezeu; Dumnezeind este unul dintre ele - unul care este mai degrabă verb şi nu substantiv.

Adevărata descoperire a intimităţii relaţiei noastre curente cu Divinitatea ne poate schimba în mod radical viaţa. Deseori, aceasta se întâmplă spontan, fără vreun motiv aparent.

Unii numesc această experiență „stare de grație". Se produce din senin. Poți sta pe plajă, te poți plimba prin pădure, poți veghea la căpătâiul unui muribund sau chiar merge cu mașina pe șosea, când, deodată, ești copleșit de o lumină stranie, care-ți penetrează conștiința și te transformă pentru totdeauna. Există numeroase relatări despre astfel de revelații care au schimbat lumea.

După o astfel de experiență, unii se consacră vieții spirituale. Dar majoritatea oamenilor care se dedică introspecției o fac din dorința arzătoare de a se conecta cu adevărul și semnificația reală. Această dedicare presupune, de obicei, utilizarea unei serii de practici care devin parte integrantă din viața zilnică. Ele pot cuprinde anumite exerciții de meditație, rugăciuni, mișcări, dietă, cumpătare și stăpânire de sine, perioade de recluziune, mantre, slujbe, acte de bunătate și caritate și alte metode verificate în timp ca apte să producă stări de conștiință modificate. În cele din urmă, atunci când prioritățile practicantului devin clare, lumina lăuntrică a cunoașterii se aprinde cu-ncetul și percepția acestuia asupra realității se modifică constant și definitiv.

Pe calea spirituală, fie prin intermediul unei extraordinare străfulgerări de pătrundere a esenței, fie prin intermediul evoluției treptate, dar neîntrerupt progresive a practicii continui, căpătăm înțelepciune. Nu înțelepciunea de ordin intelectual, ci o inexplicabilă și indescriptibilă cunoaștere profundă, de o excelență ce depășește imaginația. Această înțelepciune reprezintă izvorul, sursa experienței mistice adevărate, forța motrice a oricărei investigații spirituale. Este ceea ce ne susține când ne asaltează îndoielile, ceea ce ne îmbărbătează când lumea pare deprimantă și ceea ce ne alină când suntem puși în fața morții celor dragi. Fără ea, încotro ne-am îndrepta? Ce am fi fără copleșitoarea venerație, plină de teamă și uimire, ce ne-o inspiră Dumnezeu cel incognoscibil?

Nu există răspuns la această întrebare; nu putem proba nimic în legătură cu *En Sof*. Este mai curând un fel de interogare autoreflexivă. Dar, privită din perspectiva relației

noastre dinamice cu Divinitatea, este o întrebare satisfăcută prin ea însăşi, pentru că, în mod paradoxal, sursa întrebării este chiar răspunsul căutat. „Ce aş fi fără Dumnezeu?"

Examinaţi întrebarea la nivelul conştiinţei lăuntrice Nu dv., substantivul, persoana care credeţi că sunteţi, ci dv. verbul, procesul de a vă afla în relaţie plenară şi continuă cu creatorul său. Când vi se iveşte în minte o întrebare, cine pune această întrebare şi cui îi este ea adresată? Presupuneţi că nu există un „eu" care să pună întrebarea şi că nu există un Dumnezeu acolo sus care să răspundă. Întrebarea este parte din procesul de Davidind şi Dumnezeind în desfăşurare reciprocă.

Încercaţi să faceţi asta într-un mod care topeşte toate barierele separării. Fără subiect, fără obiect. Pur şi simplu un proces deschis, în desfăşurare. Nu există nici trecut, nici viitor; numai momentul. *Acum*. Fiecare moment este un nou început. Fiecare respiraţie a noastră, fiecare mişcare pe care o facem este numai *Acum*. Acesta este dansul meu cu Dumnezeind. Este o experienţă plină de veneraţie, de respect amestecat cu înfricoşare şi uimire.

Veneraţia şi înfricoşarea duc la înţelepciune. În deschiderea rugăciunilor de dimineaţă se citează un verset din *Psalmi*, care spune: „Începutul înţelepciunii este frica de (Domnul) I-H-V-H (tetragrama, cel mai important dintre numele nenumibile ale lui Dumnezeu). Această tetragramă este deseori numită Ha-şem, „Numele". Nu vrem să-i dăm un nume, aşa că îl numim „Numele". Este prea înfricoşător pentru a fi numit. Dar înfricoşarea o putem trăi.

Poate că puteţi să vă dedicaţi câteva momente pentru a închide ochii şi a vă permite să vă cufundaţi în această idee. Meditaţi asupra gândului: Învăţătura privind misterul *En Sof* este că în mijlocul fiinţei noastre, de unde apare înfricoşarea, este ceea ce ne înfricoşează. Este El. Când contemplăm procesul nostru continuu de deschidere aici şi acum, ne dăm seama că Dumnezeind este *întotdeauna* cu noi.

În *Zohar* se spune: „Înainte de crearea formelor şi înfăţişării, (*En Sof*) nu avea formă sau aspect. Prin urmare, este

interzis să fie perceput în orice fel, nici măcar prin intermediul literelor numelui Său sfânt sau prin oricare alt simbol. Totuşi, dacă strălucirea şi măreţia nu ar fi fost radiate în toată Creaţia, cum ar fi putut fi desluşit chiar şi de către cei înţelepţi? De aceea, a coborât într-un car [mistic] pentru a fi cunoscut prin literele I-H-V-H, astfel încât să poată fi dedus, presupus, şi, din acest motiv, permite să fie numit cu diferite nume, precum I-H-V-H [printre altele, cum ar fi Dumnezeu], fiecare dintre acestea fiind un simbol al atributelor divine. Totuşi, vai şi amar de acela care îndrăzneşte să-L compare pe *En Sof* cu oricare dintre aceste însuşiri. Pentru că El este nemărginit şi nu există mijloace prin care să poată fi înţeles".[96] O altă învăţătură din *Zohar* spune: „Ceea ce este înăuntrul gândirii [*En Sof*] este de neconceput. Cu atât mai puţin poate cineva avea cunoştinţă despre *En Sof*, de la care nu se poate găsi nici o urmă şi care nu poate fi ajuns prin puterea gândirii. şi totuşi, din mijlocul acestui mister impenetrabil, prima coborâre a lui *En Sof* (orice ne dă cunoaştere în ceea ce-L priveşte) licăreşte ca o luminiţă slabă, aproape imperceptibilă, cât vârful unui ac, un colţişor ascuns de gând, care nu este cognoscibil până când nu se coboară de la el o rază pe locul unde se află imprimate literele."[97]

Incognoscibilul poate fi desluşit. Începând de la un punct aproape nedefinit, mic cât un vârf de ac, El radiază în diferite moduri, care pot fi percepute numai în contextul procesului şi interacţiunii. Nu suntem spectatori ce urmăresc desfăşurarea pe scenă a procesului de Dumnezeind. Suntem noi înşine pe scenă. Şi începem în mod misterios să percepem o licărire de Dumnezeind, atunci când reuşim să ne contopim cu procesul continuu de creaţie în desfăşurarea.

Propria noastră trăire a lui Dumnezeind nu se aseamănă cu nimic din ceea ce am citit vreodată. Este un gen cu totul diferit de revelaţie decât cea descrisă de profeţii antici. Poate că unii oameni sunt capabili încă să mai audă o voce tunând din ceruri. Dar fenomenul este într-adevăr rar şi chiar *Talmudul* are serioase dubii în ceea ce priveşte veridicitatea lui.

Însă nu trebuie să fim profeți pentru a putea trăi experiența prezentului lui Dumnezeind. Acesta se află pretutindeni în jurul nostru, reprezentând un aspect a tot ceea ce facem. Apare atunci când ne întâlnim în mod repetat cu calitatea magică a vieții, în combinația incredibilă și varietatea experiențelor, în desfășurarea naturii în toată splendoarea ei, în complexitatea urzelii minților noastre și mai presus de toate, în venerația - profunda înfricoșare plină de respect și uimire - pe care o simțim când ne dăm seama do enormitatea universului. Cumva, chiar această venerație ne atrage în centrul creației. Iar, la un punct, ne contopim cu acesta.

CO-PARTENERIATUL CU DUMNEZEIND

Atâta timp cât ne raportam la Dumnezeu ca Tată Ceresc. noi fiind copiii, menținem modelul paternalist disfuncțional, potrivit căruia Tatăl știe și rezolvă totul. Nu numai că ne simțim alienați și părăsiți, ci abdicăm și de la simțământul de responsabilitate personală. Credem că Tatăl va avea grijă de toate.

Talmudul relatează o minunată povestire despre o controversă pe tema unui aspect esoteric al legii, în care un înțelept, rabi Eliezer, era singurul care se opunea părerii a zeci de alți înțelepți.[98] A încercat toate argumentele imaginabile pentru a-și convinge confrații, dar fără nici un rezultat. În cele din urmă, exasperat, a spus: „Dacă Legea (Dumnezeu) este de acord cu mine, fie ca acest roșcov să dovedească că am dreptate". și, în aceeași clipă, roșcovul a zburat pur și simplu din pământ. Unii spun că s-ar fi deplasat vreo 45 de metri, alții spun că chiar cu 180 de metri. Dar învățații nu au fost convinși și au replicat: „Nu poți demonstra nimic cu un roșcov".

Așa că rabi Eliezer a spus: „Dacă Legea este de acord cu mine, fie ca acest pârâu să dovedească că am dreptate", și, la aceste vorbe, pârâul s-a întors în matcă și a început să curgă în sens invers. Dar învățații au replicat din nou: „Nu poți aduce

drept dovadă un curs de apă".

Rabi Eliezer a insistat. „Dacă Legea este de acord cu mine, fie ca zidurile şcolii acesteia să demonstreze că am dreptate". Se spune că zidurile clădirii au început să se încline spre interior. dar, înainte ca ele să cadă, un alt înţelept, rabi loşua, a strigat la ele, spunând; „Când învăţaţii sunt prinşi într-o dispută cu privire la Lege, ce drept aveţi voi, zidurile, să vă amestecaţi?" Atunci zidurile s-au oprit din a se înclina. Se spune că, în onoarea lui rabi Eliezer, nu s-au mai îndreptat complet niciodată. Dar în onoarea lui rabi loşua, nu s-au prăbuşit. Ci au rămas într-o poziţie permanent înclinată.

Istoria nu se încheie însă aici. Rabi Eliezer a strigat cu încăpăţânare: „Dacă Legea este de acord cu mine, fie ca pronia cerească să dovedească că am dreptate!" În acest moment, un *bat kol*, o voce din cer, a tunat deasupra tuturor învăţaţilor: „De ce îl contraziceţi pe rabi Eliezer? Nu ştiţi oare că Legea este întotdeauna de acord cu el"

S-ar putea crede că acest lucru a fost suficient pentru ca înţelepţii să-şi schimbe punctul de vedere, dar n-a fost aşa. În acel moment, Rabi losua s-a ridicat şi a citat un verset din Deuteromom: „Căci porunca aceasta care ţi-o poruncesc eu astăzi nu este mai presus de tine şi nu-i departe. Ea nu-i în cer, ca să zici: cine se va sui pentru noi în cer, ca să ne-o aducă pentru ca noi s-o auzim şi s-o împlinim?" şi nu este ea nici peste mare, ca să zici: „Cine se va duce pentru noi peste mare ca să ne-o aducă pentru ca noi s-o auzim şi s-o împlinim? Şi cuvântul acesta este foarte aproape de tine, el este în gura ta şi în inima ta, ca să-l împlineşti".[99]

Opinia lui rabi loşua era că *Tora* a fost dată pe Muntele Sinai astfel că acum treburile lumeşti sunt de competenţa oamenilor, iar pronia cerească nu trebuie să se amestece. Acest punct de vedere categoric al *Talmudului* indică faptul că raţiunea umană are întâietate în faţa dispoziţiilor cereşti. Ea statuează independenţa totală de interpretarea legilor. În multe privinţe ea constituie dovada lui Moise. În multe privinţe e decisivă în sprijinul liberului arbitru.

Învăţaţii au votat şi l-au înfrânt pe rabi Eliezer, în ciuda faptului că Dumnezeu era în mod evident de partea acestuia!

Talmudul reproduce în continuare şi o conversaţie între rabi Natan şi profetul Ilie, care i-a vorbit din ceruri. Ilie discuta adesea cu înţelepţii în visele lor sau în stările lor transcedentale. În acest dialog rabi Natan a întrebat din curiozitate ce a făcut Atotputernicul la momentul controversei dintre rabi Eliezer şi ceilalţi înţelepţi. Ilie a răspuns că Dumnezeu a râs şi le-a spus oştirilor îngereşti (cu evidentă plăcere): „Copiii mei m-au învins!"[100]

Iudaismul este recunoscut pentru atitudinea de *şutpah* în relaţia cu forţa creatoare. *Tora* descrie mat multe evenimente biblice, cu care prilej Abraham şi Moise au controverse repetate cu Dumnezeu, până reuşesc să-şi impună punctul de vedere; adică, ca să spunem aşa, până când Dumnezeu" nu se răzgândeşte. Mai mult, comentatorii *Bibliei* nu-l prea apreciază pe Noe pentru că nu s-a contrazis cu Dumnezeu în privinţa distrugerii lumii, ci, ascultător şi umil, a construit arca imediat ce i s-a spus. Este clar că cuvântul lui Dumnezeu nu a fost niciodată considerat în iudaism ca decret final, ci ca o intenţie divină care poate fi controversată şi, în unele cazuri, răsturnată.

Potrivit Cabalei, esenţa relaţiei noastre cu Dumnezeu se bazează pe credinţa că oamenii au capacitatea creatore de a interveni în cursul „normal" al evenimentelor. Un cuvânt, un gest sau numai un gând pot schimba direcţia procesului creator. Aşa stând lucrurile, putem conchide că oamenii joacă un rol de co-creatori.

LIBERUL ARBITRU

Problema esenţială pe care se echilibrează totul pentru ca Creaţia să devină creând este aceea a liberului arbitru. De-a lungul secolelor, teologii au discutat dacă oamenii au sau nu capacitatea de a opta liber. Problema este de o deosebită

importanţă întrucât liberul arbitru acreditează ideea că Dumnezeu nu deţine controlul asupra universului. Dacă îl deţine, atunci nu mai avem libertate de opţiune; Dumnezeu „ştie" întotdeauna ce vom face. Dacă avem într-adevăr libertate de opţiune, iar Dumnezeu nu „ştie", atunci lui Dumnezeu îi scapă unele informaţii esenţiale.

Tora este construită pe o bază de liberă opţiune pentru omenire. Povestea lui Adam şi a Evei în Grădina Edenului este o relatare despre exercitarea liberei opţiuni. Din acel moment mai departe, fiecare istorisire din *Biblie* implică libertatea de opţiune.

Avem conştiinţa statutului nostru de oameni. Ni se spune că actele de bunătate vor aduce, în timp, tuturor oamenilor din lume un nivel elevat de conştiinţă. Avem libertatea să le facem sau nu. Ni se spune că un cuvânt rău sau aspru poate pune în mişcare lucrurile în aşa fel încât să provoace multă vătămare şi durere în lume. Avem libertatea de a alege cum vorbim. Mai mult, când misticii spun că rugăciunile noastre pot înrâuri deznodământul evenimentelor, comportamentul nostru poate influenţa gradul în care este pace pe pământ sau că respectarea unui vechi ritual poate aduce tămăduire sufletelor din alte tărâmuri, imaginaţi-vă cât de greu apasă toate astea asupra noastră ca fiinţe responsabile şi conştiente.

Nimic nu este lipsit de importanţă. Fiecare grăunte de nisip deţine secrete surprinzătoare. Fiecare întâmplare conţine mesaje misterioase. Fiecare întâlnire cu o altă fiinţă este un punct de contact pe care se articulează universul. Când intrăm într-o asemenea stare, realitatea - aşa cum o vedem - devine o imensă posibilitate de a simţi şi trăi interconectarea întregii creaţii. Din această perspectivă, ajungem să ne dăm seama că fiecare lucru, inclusiv noi înşine, face parte integrantă din procesul de derulare a creaţiei.

Liberul arbitru şi procesul Creaţiei merg mână în mână. Dacă suntem încă prizonierii iluziei de separare, prinşi în capcana identităţii şi personalităţii individuale, nu putem trăi

experienţa procesului interactiv. Nu ne putem da seama de el pentru că „eu" şi „celălalt" sunt entităţi distincte. Dacă însă suntem capabili să ajustăm această „conştiinţă de sine", putem intra în zona lui *Acum*, unde orice lucru este conectat cu toate celelalte şi angrenat într-un proces de inter-relaţionare.

Când adunăm toate aceste idei la un loc, reprezentarea relaţiei dintre Creator şi Creaţie se modifică drastic. Dumnezeu este Dumnezeind, creaţia este creând, fiecare aspect al creaţiei în parte se află într-un proces de desfăşurare continuu, precum o floare infinită care-şi deschide petalele. În această realitate, „cunoaşterea" este un fenomen ce evoluează de la un moment la altul, trecutul şi viitorul există doar în minţile noastre, suntem co-parteneri cu Dumnezeind în procesul cosmic şi fiecare persoană are deplină libertate de opţiune pentru a schimba universul. Nimic din ceea ce facem, spunem sau gândim nu este lipsit de importanţă; fiecare acţiune afectează nu numai realitatea aceasta, ci şi alte realităţi, iar întreaga creaţie este interconectată. Nu trebuie să precizăm niciodată atributele partenerului nostru în acest proces (Dumnezeind), dar putem „cunoaşte" acest partener prin intermediul experienţei directe a tot ce întâlnim şi a fiecărui gând care se iveşte în minţile noastre.

CREAŢIA ESTE UN GÂND ÎN MINTEA LUI DUMNEZEU

Definirea intrinsecă a Neamărginirii este că nu-i lipseşte nimic şi nu poate primi nimic pentru că Ea este totul. Deoarece este totul, din punct de vedere teoretic poate să fie o virtuală sursă infinită de a da.

Problema care se pune însă este aceea că nu există nimic căruia să-i dea, pentru că Ea este totul. Va trebui deci să-Şi dea Sieşi. Aceasta este dilema care preocupă de mii de ani filosofia şi teologia.

Cabala sugerează o modalitate de a trata problema. Ea afirmă că, atâta timp cât sursa infinită de dăruire nu are „voința" de a da, nu se întâmplă nimic. Însă, din clipa în care are voința de a da, această voință inițiază un „gând". În Cabala se spune: „Voința, care este gând [primordial], este începutul tuturor lucrurilor, iar exprimarea [acestui gând] este împlinirea".[101]

Adică, întreaga creație nu este nimic mai mult decât un gând în „mintea" lui *En Sof* ca să spunem așa. Un alt mod de a exprima această idee este că voința de a da creează instantaneu voința de a primi. Noțiunea că un donator infinit poate crea receptivitate în Sine Însuși este ceea ce cabaliștii numesc *țimțum* (contracție). El trebuie să facă o deschidere, un spațiu în interiorul Său pentru a primi.

Ceea ce este primit se numește lumină. Ceea ce primește lumina este numit vas. Lumina și vasul sunt întotdeauna într-un raport echilibrat, pentru că lumina vine dintr-o sursă infinită, astfel că va umple în permanență vasul la întreaga lui capacitate. Dacă punem o găleată sub Cascada Niagara, aceasta se va umple imediat. Dacă punem o cisternă și aceasta se va umple imediat. Imaginați-vă că întreg universul se află sub o Cascadă Niagara de lumină, fiind în permanență umplut.

Conform Cabalei, interacțiunea dintre vas și lumină este ceea ce face ca lumea să funcționeze. Tot ce există în univers este un vas care voiește să primească lumina donatorului infinit. Fiecare moleculă, plantă sau animal, fiecare piatră și fiecare om sunt un vas; fiecare are „voința" de a fi exact ceea ce este.

Conștiința umană este unică prin aceea că are calitatea de a fi „după chipul și asemănarea lui Dumnezeu". Această calitate este exprimată prin ceea ce numim liber arbitru, iar liberul arbitru este, în esență, altceva decât capacitatea de a emite lumină. Cu alte cuvinte, conștiința umană are voința inerentă de a da. *Această capacitate umană de a acționa precum Dumnezeu și a da este pivotul pe care se echilibrează întreg universul.*

Motivul pentru care acest lucru este atât de important este acela că, dacă ar exista voința doar de a primi - cum s-a precizat mai sus - universul ar fi total previzibil. Totul ar fi predeterminat, toată receptivitatea şi-ar găsi formă în structura ei implicită şi toate aspectele procesului de desfăşurare şi dezvoltare a creației ar putea fi anticipate. Factorul imprevizibil introdus aici este premisa că conştiința umană primeşte informații de la o forță spirituală, care-i conferă competența de a-l imita pe donatorul infinit.

Astfel că oamenii au o capacitate extraordinară de a influența direcția de evoluție a creației. De fiecare dată când ne folosim de liberul arbitru prin a da, suntem co-parteneri cu Donatorul infinit. Când acest lucru îl facem pe deplin conştienți de ceea ce facem, ridicăm nivelul de conştiință al creației.

CREAȚIA ÎN CONTINUĂ PERFECȚIONARE

Cabaliştii spun că *En Sof* este perfect prin definiție, iar acest univers se află permanent într-un proces de perfecționare. Intr-adevăr, iudaismul susține că însăşi menirea existenței este perfecționarea continuă a universului. Imaginați-vă un program performant de calculator într-un computer „inteligent", construit să învețe în timp ce funcționează. De fiecare dată când îndeplineşte o funcție, învață din propriile greşeli şi data următoare efectuează funcția cu mai multă eficiență. Atâta timp cât învață, îmbunătățindu-şi constant calitatea, îşi îndeplineşte menirea.

Însă, dacă computerul încetează să-şi mai îmbunătățească performanțele, este programat să se auto-distrugă. De ce? Pentru că menirea sa este să se perfecționeze permanent. Dacă a atins perfecțiunea, nu mai are nimic de făcut şi intră într-un impas, de unde nu poate ieşi.

Dumnezeu reprezintă perfecţiunea. Acest univers reprezintă potenţialul pentru perfectibilitate. Putem să sperăm vreodată să facem universul perfect? Răspunsul cabaliştilor este nu, întrucât menirea noastră este să ne perfecţionăm continuu şi să perfecţionăm universul. Dacă atingem perfecţiunea, am încheiat acţiunea şi universul va înceta să mai existe.

Perfecţiunea este un ţel absurd pentru orice cabalist pentru că un aspect esenţial al perfecţiunii lui Dumnezeu este creaţia. Vedeţi, perfecţiunea nu poate fi perfectă, fără potenţialul de a se perfecţiona. Baal Şem Tov a spus: „*Zoharul* are în fiecare zi un sens nou şi diferit" Este un principiu de înţelegere de importanţă crucială.

Unele învăţături spun că totul este perfect, toţi oamenii sunt perfecţi, toate se întâmplă aşa cum trebuie, în ordinea firească a lucrurilor, şi nu există devieri sau accidente neprevăzute. Singurul motiv pentru care nu apreciem această perfecţiune este perspectiva noastră limitată. Se afirmă că, odată ce devenim mai iluminaţi, vom constata că totul este perfect.

Acest lucru poate fi adevărat dintr-un punct de referinţă diferit, dar, din punctul nostru de vedere, viaţa este procesul în care suntem permanent traşi şi împinşi ba încoace, ba încolo, şi nu suntem niciodată satisfăcuţi cu ceea ce este. Rareori atingem sentimentul perfecţiunii şi, dacă îl avem vreodată, acesta durează doar o clipă. Trăim într-un paradox. De obicei, nu vrem ceea ce putem avea şi deseori dorim ceea ce nu putem avea. Pentru că natura dualităţii este imperfectă. nu întâlnim niciodată prietenul perfect, soţia perfectă sau profesorul perfect. Iar dacă nutrim convingerea că perfecţiunea este la îndemâna noastră, vom ajunge cu siguranţă să avem un sentiment de frustrare, de nefericire, de neîmplinire, ba chiar mai rău, de plictis, oboseală perpetuă şi indiferenţă.

Această viziune a perfecţionării noastre continue este de o importanţă covârşitoare. Odată ce înţelegem pe deplin că menirea noastră este nu de a atinge un nivel transcedental, ci

de a acționa asupra lumii imperfecte ca partener în Creație, câștigăm exact lucrul de care altfel ne îndepărtăm. Cu alte cuvinte, odată ce acceptăm faptul că trebuie să reparăm, să îndreptăm în permanență sufletele noastre și cele ale altora din jurul nostru, câștigăm un simțământ nou, de plinătate a fiecărui moment.

Mitul perfecțiunii este ceea ce ne face să nutrim în permanență un sentiment de insatisfacție față de ceea ce ni se întâmplă în mod curent. Nu suntem niciodată „aici" pentru că încercăm mereu să fii „acolo", orice ar putea să însemne asta. Dar înțelegeți acest precept important: *când acceptăm fiecare moment ca pe o nouă șansă de a ne împlini menirea, suntem întotdeauna prezenți, totdeauna izbutind, totdeauna acționând pentru schimbarea în mai bine a lumii. Și suntem totdeauna Aici.*

Unul din dascălii mei, o adeptă a sufismului. m-a învățat noțiunea de aici și acolo. Ea mi-a spus simplu: „Uită-l pe acolo; el nu există. Avem la dispoziție numai aici. Asta e tot". Ori de câte ori folosiți cuvântul „acolo", controlați-vă cu atenție să vedeți dacă nu cumva cuvântul „aici" n-ar fi mai corect. De nouă ori din zece așa va fi.

Când realizăm pe deplin că viața este aici și acum, în clipa de față, nu ne mai ia cu somn și nu ne cuprinde plictisul. Nu-l mai căutăm pe partenerul sau profesorul perfect. Facem cele mai bune opțiuni ce ne stau în putință și mergem înainte cu ceea ce avem. Având drept model perfecționarea, nu trebuie să mai privim dincolo de ceea ce avem, pentru că însăși ideea de perfecționare continuă este în sine perfectă. Învățații au întrebat: „Cine este bogat?" Răspunsul este: „Cel care este mulțumit și fericit cu soarta lui". Și: „Această persoană este demnă de laudă în această lume și totul va fi bine în lumea ce va veni". Fie ca noi toți să fim binecuvântați de a ne găsi tihna și mulțumirea în faptul că suntem mai puțin perfecți și de a ne găsi liniștea și pacea în haosul etern al vieții. Țineți minte, suntem întotdeauna aici!

PARTEA A DOUA
PREZENTUL

OLAM HA - ZEH
(Lumea aceasta)

TIPARUL CREAȚIEI

Cel mai cunoscut simbol din Cabala este Arborele Vieții. Se spune că acesta reprezintă esența bazelor Creației. Arborele Vieții are trei elemente principale. Acestea sunt fundamentate pe pasajul de început al *Torei*, în care se află zece enunțuri ce cuprind cuvintele va-omer Elohim, și *Elohim* (Dumnezeu) a zis.[1] Aceste zece enunțuri sunt considerate emanații divine din care a fost creată lumea. Fiecare dintre emanații este un arhetip, care, în combinație cu alte emanații asigură elementele mistice necesare pentru a forma tot ce există, fie de ordin fizic, emoțional, intelectual ori spiritual. Emanațiile se numesc *sefirot* (numere), pentru că orice număr posibil din creație este o combinație a celor zece numere de bază de la zero la nouă.

Cabaliștii sunt convinși că ori de câte ori în *Tora* apare numărul zece, acesta are într-un fel legătură cu Arborele Vieții. Cele zece urgii din povestea Exodului, cele zece porunci. zece zile ale judecății de la Roș Hașana până la Iom Kipur. Însuși faptul că avem zece degete la mâini și la picioare are legătura cu Arborele Vieții.

De fapt, tot ce există prin relație poate fi asociat cu Arborele Vieții. Comentatorii nu sunt întotdeauna de acord în ceea ce privește definițiile sau caracteristicile diferitelor *sefirot*. Cabaliștii însă au tendința să categorisească personalitățile patriarhale sau matriarhale ale *Bibliei*, arhanghelii, părțile corpului omenesc, numele lui Dumnezeu, direcțiile, planetele, vocalele, culorile și o mare diversitate de calități asociate ca aparținând de domeniul anumitor *sefirot*.

Arborele Vieții este considerat a fi reprezentarea grafică a planurilor originale ale Creației. Din cauză că fiecare emanație este un arhetip, ea reprezintă o mare varietate de categorii. Sistemul este complex întrucât arhetipurile nu se pot

defini uşor. *Sefer Ieţira* foloseşte formulări de genul: „Acestea sunt cele zece *sefirot* ale neantului: suflarea lui Dumnezeu cel viu; suflare din suflare; apă din suflare. foc din apă; sus, jos, est, vest, nord, sud."[2]

Ad litteram, prima *sefirah* este suflarea lui Dumnezeu; a doua este suflarea produsă de această suflare; a treia este apă; a patra este foc, urmat de şase direcţii - zece *sefirot* cu totul. Numele ebraice atribuite de obicei celor zece *sefirot* sunt: *keter* (coroana), *hohma* (înţelepciune) *bnah* (înţelegerea), *hesed* (bunătatea, milostenia), *ghevorah* (puterea), *tiferet* (frumuseţea), *neţach* (triumful, dominaţia), *hod* (grandoarea, gloria/empatia), *iesod* (temelia) şi *malkhut* (suveranitatea).[3] Deoarece *keter* este inefabil şi inaccesibil, deseori este adăugata o *sefirah* suplimentară, numită *daat* (cunoaşterea), astfel încât să fie în total zece atribute operaţionale.

Arborele Vieţii este îndeobşte reprezentat grafic prin zece (uneori unsprezece) cercuri. În mod schematic, *sefirot* sunt aşezate pe trei linii verticale. Cea din centru este trunchiul, reprezentat prin patru (sau cinci) *sefirot*. Cele două ramuri verticale, situate de o parte şi de alta a trunchiului, au în reprezentare câte trei *sefirot* fiecare. (a se vedea ilustraţia de la pag.128)

ADN ŞI ARBORELE VIEŢII

Cercetătorii ADN au descoperit că patru aminoacizi - adenina, timina, guanina şi citozina - se grupează în diferite combinaţii, aranjate în succesiune în modele pe care se bazează toate formele de viaţă. Fiecare model conţine un cod genetic care determină toate caracteristicile noastre.

Aceşti aminoacizi acţionează în perechi, fiecare cuplându-se întotdeauna cu acelaşi partener: adenina se cuplează cu timina (A-T), iar guanina cu citozina (G-C). Ne putem imagina aceste perechi precum feţele unei monede - cap şi pajură. Dacă aliniem monedele pe o bucată de sticlă,

aranjamentul pe care-l obţinem pe suprafaţa sticlei este exact opusul celui pe care-l vedem uitându-ne pe cealaltă parte a ei. În mod similar, pentru perechile de aminoacizi, dacă avem o suită precum A, A, A, G, G. G, există o suită paralelă T, T, T, C, C, C.

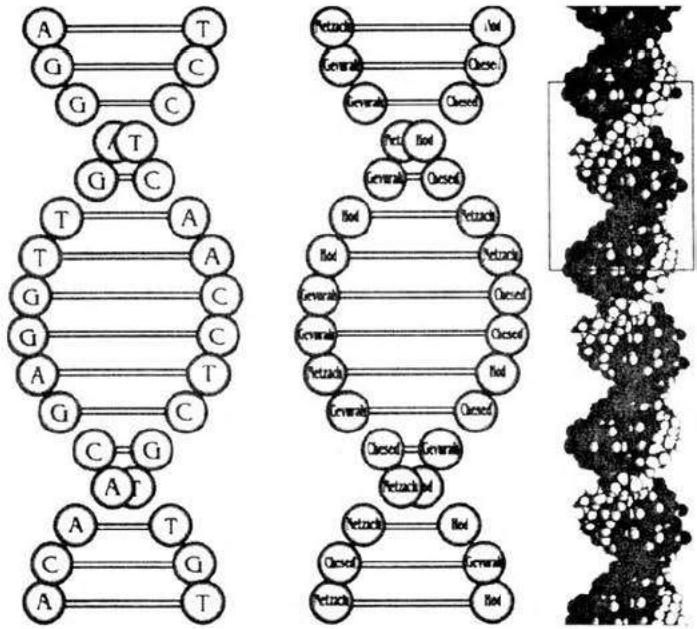
Se spune că codul genetic al unei fiinţe umane conţine miliarde de perechi. Puteţi să vă imaginaţi câte variaţii pe o singura temă putem obţine dacă aliniem un miliard de monede şi apoi le întoarcem una câte una pentru a forma noi combinaţii? Numărul combinaţiilor posibile este enorm.

Succesiunea în care sunt combinate perechile de aminoacizi reprezintă factorul determinant al eredităţii. Microbiologii spun că aceste şiruri de aranjamente paralele se curbează într-o spirală - numită dublu arc elicoidal - pentru a putea să intre într-un spaţiu mic.

Astăzi beneficiem de existenţa testelor ADN pentru elucidarea multor lucruri. Microbiologii trebuie să găsească localizarea precisă de-a lungul acestui fir îngust al dublului arc elicoidal unde este cifrată combinaţia pentru o anumită genă. Când află localizarea, pot determina dacă codul respectiv se potriveşte sau nu cu cel al altui eşantion,

Astfel că, numai patru aminoacizi, cuplaţi în perechi, oferă posibilităţi aproape nelimitate de variaţii. Acesta este exact modelul pe care-l folosesc cabaliştii de o mie de ani. Ei au precizat că există patru elemente-cheie pentru creaţie: expansiunea *(hesed)* care se combină întotdeauna şi formează pereche cu contracţia *(ghevorah)*; şi darea, dăruirea *(neţah)*, care se cuplează întotdeauna cu primirea, acceptarea a ceea este oferit *(hod)*.

Totuşi, acestea sunt numai patru din cele zece elemente primordiale care compun Arborele Vieţii. Pe câtă vreme universul fizic poate fi descris în termenii a patru elemente ce se unesc într-un număr infinit de combinaţii, modelul cabalistic devine mult mai complex când adăugăm toate cele zece dimensiuni ale Arborelui Vieţii.



TREIZECI ŞI DOUĂ DE CĂI

Cele zece *sefirot* sunt legate între ele printr-o serie de linii verticale, orizontale şl diagonale. Sunt douăsprezece linii diagonale, despre care se consideră că reprezintă cele douăsprezece triburi. precum şi alte noţiuni caracteristice, precum cele douăsprezece luni, douăsprezece semne ale zodiacului, douăsprezece permutări în tetragramă (sfântul nume de patru litere al lui Dumnezeu) şi cele douăsprezece aptitudini de exprimare umană - vorbirea, gândirea, acţiunea, vederea, auzul, mişcarea, actul sexual, mirosul, somnul, mânia, gustul şi râsul.[4]

Fiecare dintre cele douăzeci şi două de linii conectoare reprezintă totodată câte o literă din alfabetul ebraic. Aceste linii marcate cu litere, plus celelalte zece, se numesc cele

treizeci şi două de căi ale înţelepciunii.[5] Pentru că fiecare *sefirah* reprezintă o vocală, iar fiecare linie conectoare - o consoană, putem constata cu uşurinţă că orice cuvânt din ebraică este o combinaţie a diferitelor căi din această schemă. Asta oferă posibilităţi infinite pentru analiza cuvintelor.

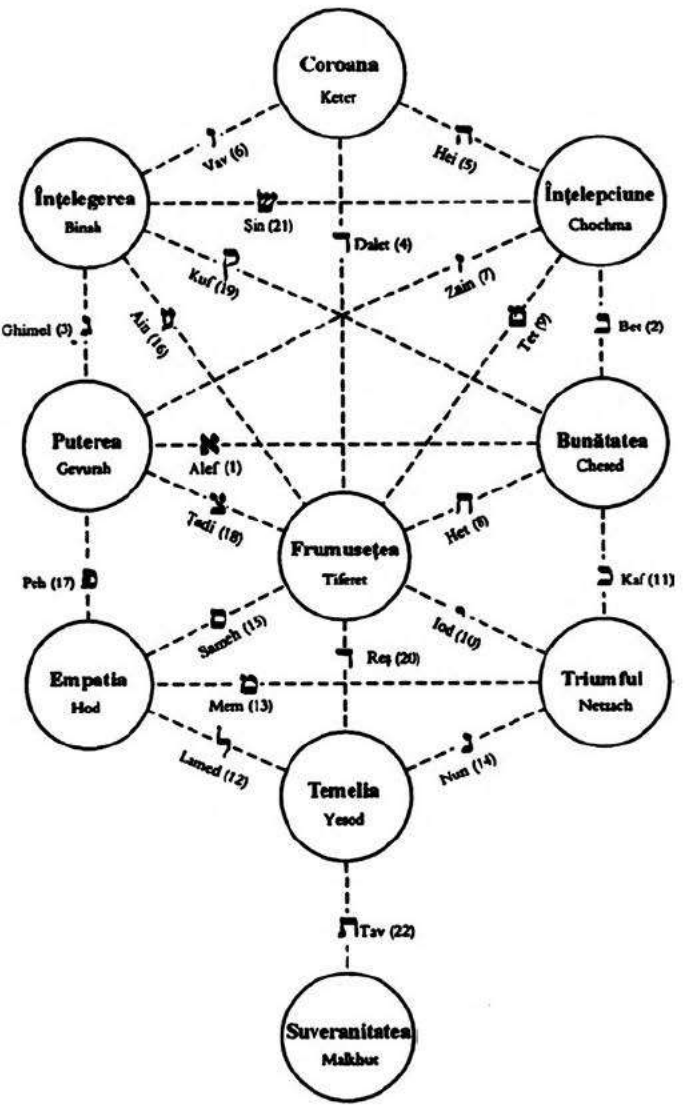
Cabala are, din multe puncte de vedere, o abordare holistică. Toate cele treizeci şi două de căi sunt conectate între ele. fie direct, fie indirect. O modificare într-una dintre ele le afectează pe toate. Mai mult, fiecare *sefirah* în parte reprezintă niveluri peste niveluri de *sefirot* interne. Astfel că, fiecare *sefirah* conţine în interiorul său un Arbore al Vieţii complet cu treizeci şi două de căi în el. Trebuie să ni le imaginăm ca nişte sfere, aflate în interiorul unor sfere care, la rândul lor, se află înăuntrul altor sfere. Precum nişte cutii chinezeşti, ori de câte ori deschidem una, descoperim înăuntru o altă cutie, identică cu precedenta.

PERSONALITATEA ŞI ARBORELE VIEŢII

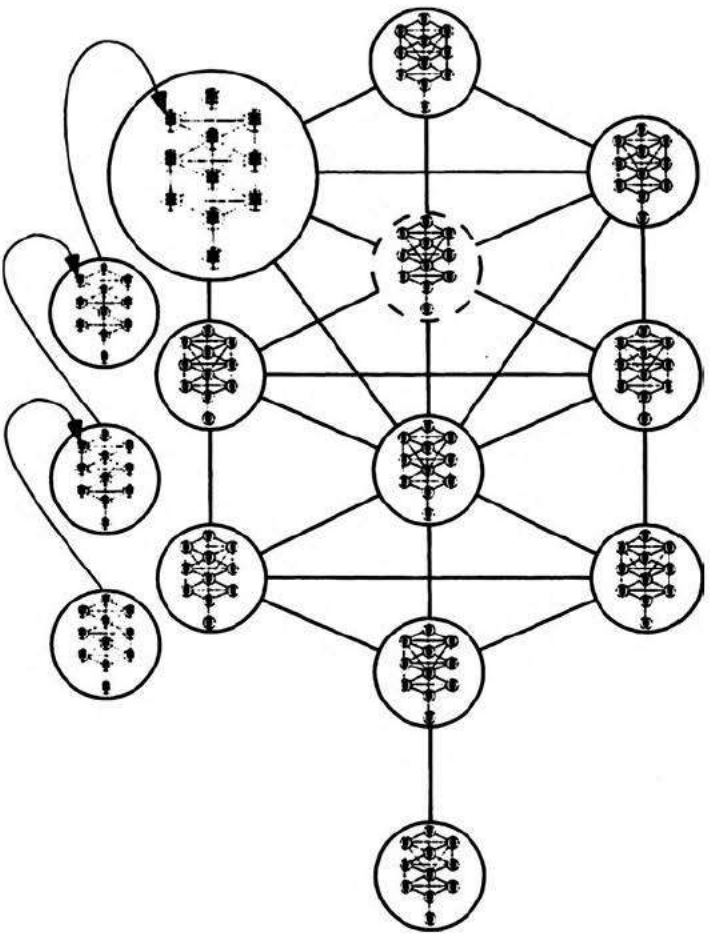
Toate aspectele Creaţiei şi toate persoanele individuale sunt un Arbore al Vieţii în miniatură. Fiecare dintre noi reprezintă o structură fizică, emoţională, intelectuală şi spirituală bazată pe modul în care ne armonizăm arborele nostru interior. Unele aspecte ne atrag mai puternic decât altele. Avem trăsături dominante, ciudăţenii personale, puncte tari şi slabe ale rezistenţei noastre fizice, idiosincrazii afective, deprinderi de comportament social şi aşa mai departe.

Dacă am avea instrumente cu care să putem măsura toate energiile reprezentate în Arborele Vieţii, am putea descoperi nişte modele, aşa cum fac microbiologii cu aminoacizii. Însă, din cauză că sistemul cabalistic este extraordinar de divers. extinzându-se cu mult dincolo de domeniul geneticii, sarcina noastră ar fi mult mai complicată decât cea a omului de ştiinţă care măsoară spectrograma rezultatelor ADN.

32 DE CĂI MISTICE (Conform Ari)



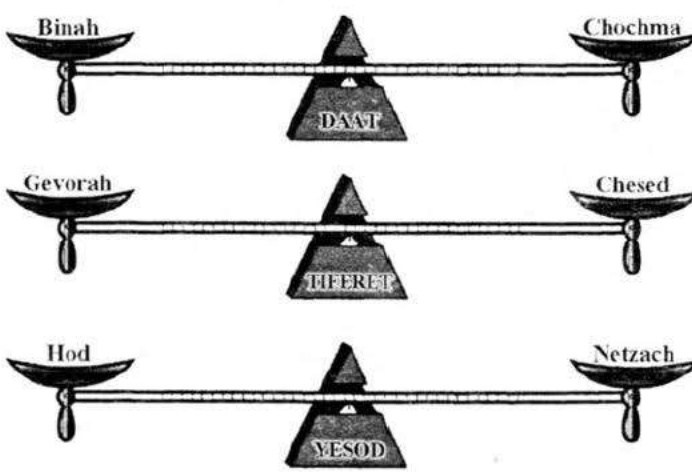
Sefirot în *Sefirot*



Un sistem foarte răspândit în prezent, utilizat pentru clasificarea personalităţilor - numit eneagramă stabileşte nouă tipuri principale de personalitate. Unii comentatori au demonstrat că există paralele între acest sistem şi Arborele Vieţii. Dar abordarea cabalistică este mai profundă decât descrierea personalităţilor din eneagramă. Arborele Vieţii este structurat în triade; două aspecte care acţionează în opoziţie unul faţă de celălalt, cu un al treilea aspect aflat într-o poziţie mobilă de echilibru între cele două contrarii. Iată cum funcţionează sistemul.

Hesed înseamnă expansivitate şi generozitate, acea parte din noi care dăruieşte, deşi o altă parte din noi spune nu. Funcţionează cel mai bine în lipsa autocontrolului, care să o reţină. Tendinţa hesed este de a fi total lipsit de prejudecăţi, generos până la extrem, doritor de a încerca orice. Necontrolată însă, această tendinţă poate să-l sufoce pe primitor. Nu are nici un fel de limite. Ştie doar să dăruiască, să ofere. Generozitatea absolută va face grămezi de mâncare în farfurie, va produce vată de zahăr până va umple tot spaţiul circului, va dărui bijuteriile de familie.

Triadele de sefirot



Ghevorah înseamnă stăpânire de sine, forţa de constrângere şi impunere a unor restricţii. Este opusul generozităţii. Reţinerea este capacitatea de a putea spune nu, chiar când se exercită mari presiuni sociale. *Ghevorah* reprezintă totodată justiţia universală; conţine înţelegerea că orice are un anumit efect şi repercusiuni. Tendinţa lui *ghevorah* este de a fi excesiv de conservatoare, preferând ca lucrurile să rămână aşa cum sunt. Necontrolată, tendinţa devine sufocantă. Nu permite nici o mişcare. Este strict conformistă, total lipsită de spontaneitate, rigidă şi ultracritică.

Cei doi poli interacţionează unul cu altul. Uneori suntem mai mult sub influenţa spiritului nostru de generozitate; alteori suntem reţinuţi. Sistemul este dinamic şi fluid. Cu toţii avem tendinţa de a fi înclinaţi în una sau în cealaltă dintre direcţii. Suntem însă şi sub influenţa multor alte variabile. Astfel că, nimeni nu este sută la sută previzibil.

Din cauză că polul generozităţii şi cel al reţinerii reacţionează unul împotriva celuilalt, este nevoie de un punct de echilibru *(tiferet)* care să medieze acţiunea celor doi. *Ghevorah* reprezintă compasiunea şi frumuseţea. Din multe puncte de vedere este calea de mijloc, nici de prea mare slăbiciune, nici prea restrictivă. Este important să reţinem că *tiferet* exercită propria influenţă asupra triadei; nu este doar rezultanta pasivă a acţiunii celor două forţe opuse. Ea interpune o a treia componentă, care provine din însuşi trunchiul arborelui; aduce un plus de reflecţie în generozitate şi chibzuinţă în reţinere. Astfel, oricine poate vedea că triada este dinamică şi nobilă.

Următoarea triadă cuprinde neţach, care reprezintă părintele, dominaţia, încrederea deplină şi egocentrismul. Opusul ei este *hod*, reprezentând copilul, supuşenia, receptivitatea şi acceptarea. Putem vedea imediat aspectele pozitive şi negative ale acestei dihotomii. Aspectul influenţei părinteşti, care este o forţă de protecţie, dar şi de dominaţie, opus celui da copil. care înseamnă puritate şi inocenţă, dar şi dependenţă. În termeni simpli, acesta este jocul dintre părintele

şi copilul din noi, dintre prea marea încredere în sine şi supunerea la ceva din afara noastră.

Mediatorul în acest caz este *iesod*, în mod normal însemnând temelie, dar deseori numit armonie. Fără un echilibru între acţiunea copilului din noi şi cea a părintelui din noi, nu avem o temelie solidă. Trebuie să spunem încă o dată că sistemul este dinamic. Uneori suntem mai încrezători în noi, altă dată suntem chiar nesiguri. Avem diferite grade de acceptare, depinzând de tăria vocii noastre interioare a îndoielii. Uneori suntem înclinaţi să ne impunem punctul de vedere cu tot dinadinsul, alteori ne supunem unei situaţii.

Armonia interpune aici o nouă forţă. Aceasta îl constrânge pe copilul din noi să fie mai categoric şi să se impună mai mult; forţează egocentrismul şi vanitatea noastră să se mai potolească. Creează posibilitatea realizării unui echilibru între încrederea şi siguranţa de sine şi potenţialul de a ne supune raţiunii.

În cele din urmă, *malkhut*, aflată la baza arborelui este rezultatul a tot ceea ce se petrece în aceste şase *sefirot* precedente. Este realitatea noastră. În viaţă ni se întâmplă lucruri care produc unde în sus. Malkhut primeşte din ambele direcţii. Suntem însumarea unui set de arhetipuri care interacţionează cu acţiunea dramatică a lumii care ne învăluie.

CONŞTIINŢA *HOHMA* ŞI *BINAH*

Cele şapte *sefirot* inferioare reprezintă conştiinţa obişnuită. Tot ceea ce se întâmplă în mod normal în minţile noastre poate fi definit în termenii combinaţiilor dintre aceste *sefirot*. Ele reprezintă universul fizic. Acesta este nivelul la care operează conştiinţa obişnuită. Însă avem acces şi la niveluri mai înalte de conştiinţă. Atingerea acestor niveluri are diferite denumiri, precum *satori* sau conştiinţă cosmică. În Cabala se numeşte conştiinţă *hohma* şi *binah*.

Cabala spune că gândirea se naşte din Neant, care se numeşte *hohma*, ceea ce ad litteram înseamnă „înţelepciune". Este evident că nu este vorba de ceea ce înţelegem prin înţelepciune în mod obişnuit. Este, mai curând, un arhetip al înţelepciunii din care se poate forma matriţa gândirii.

Dacă cineva ne prezintă o formulă matematică, precum A2 +B2 =C2, aceasta nu are nici un sens dacă nu ştim cum s-o aplicăm. Trebuie să ştim ce reprezintă A şi B. Fără această înţelegere, o formulă este conştiinţă, *hohma* pură. Este un mulaj gol. Poate conţine înţelepciune adâncă, poate prezenta un adevăr universal, dar, fără elementul *binah* (înţelegere), nu ne ajută în nici un fel.

Binah este realizarea că există o relaţie între cele două laturi şi ipotenuza unui triunghi dreptunghic. Este o informaţie bună şi interesantă, dar nu prea ne este de folos până nu ştim în ce constă relaţia. Odată ce unim *hohma* cu *binah*, formula cu înţelegerea, obţinem cunoaşterea *(daat)*. Acesta este modelul de lucru al conştientului prezentat în Arborele Vieţii. Este procesul de conştientizare pentru aproape tot ce facem în viaţă.

La început, trecem prin toate nivelurile până la *daat*, cu viteza fulgerului. Dar, dacă avem posibilitatea de a investiga îndeaproape procesul gândirii, vom putea să ne dăm seama, dacă nu *se pot* toate, atunci cel puţin de majoritatea acestor elemente.

Practica meditaţiei pentru atingerea conştiinţei *binah* şi hohma este descrisă în detaliu mai târziu, în cuprinsul cărţii, la capitolul „Calea lipsei de vanitate".

PATRUZECI ŞI NOUĂ DE ZILE PENTRU ÎNDREPTAREA SUFLETULUI

Sfânta zi de Şabat este la cincizeci de zile după Pesah. Numărul cincizeci reprezintă calea spre un nou nivel de înţelegere şi conştiinţă Este uneori numită „poarta tainică", pentru că nu ştim exact cum să o accesăm.[6] *Talmudul* spune că

„au fost create în lume cincizeci de porți ale înțelegerii și toate i-au fost date lui Moise, în afară de una".[7] Cele patruzeci și nouă de zile dintre Pesah și Șavuot sunt denumite Numărătoarea Omerului. În timpul acestei perioade, evreii numără zilele și săptămânile în cadrul serviciului obișnuit de rugăciune, pregătindu-se pentru Șavuot, cunoscut și ca ziua primelor fructe, timpul când, fiind terminată recoltarea orzului, urma plantarea grâului. Fiecare săptămână din cele șapte reprezintă *o sefirah* diferită din Arborele Vieții, începând cu *hesed* și terminând cu *malkhut*. Totodată, fiecare zi a săptămânii reprezintă propria *sefirah*.

În mod tradițional, Șavuot este celebrarea zilei când *Tora* i-a fost dată lui Moise pe Muntele Sinai. Pentru că *Tora* este considerată un dar menit să ne ajute să dobândim o conștiință superioară, iar cabaliștii socotesc că ea reprezintă planurile originale ale creației. Misticii explică cele patruzeci și nouă de zile de Numărătoare a Omerului drept o perioadă în care ne putem pregăti pentru a fi gata să primim lumina *Torei*.

În măsura în care putem, pe parcursul acestor patruzeci și nouă de zile, încercăm să examinăm în profunzime caracteristicile care ne sunt proprii. Practica Numărătorii Omerului este în realitate o practică de dezvoltare a calităților etice și morale personale, menită să cerceteze procesele noastre interioare[8]. Dedicând o jumătate de oră zilnic reflecției timp de patruzeci și nouă de zile, putem să ne schimbăm viețile în mod semnificativ. Chiar și cei mai ocupați dintre noi pot face asta.

Prima zi din prima săptămână a acestei practici se numește *hesed* de *hesed*. Dacă considerăm că *hesed* reprezintă generozitatea, această zi va fi nucleul de bunătate și milostenie. Vom cerceta sursa generozității. Ce parte din mine dă? Ce simt când dăruiesc? Ce simt când nu dăruiesc? Unde se conectează înclinația mea lăuntrică de a da cu eul meu superior? Ne petrecem zece-cincisprezece minute reflectând asupra acestor întrebări, Pe parcursul zilei alocăm câteva minute, la diferite intervale, pentru a reflecta asupra lor.

Cea de a doua zi este *ghevorah* de *hesed*. Reprezintă reținerea din a fi generos. Unde este strangulată înclinația mea lăuntrică de a da? Ce părți. din mine spun nu? Ce parte din mine este cu adevărat instinct de autoapărare spre deosebire de egoismul pur?

Cea de a treia zi este *tiferet* de *hesed*: compasiunea din generozitate, Ce parte din mine este conectată la centrul ființei mele când dăruiesc? Am compasiune în ceea ce mă privește atunci când dăruiesc și când nu dăruiesc? Este generozitatea mea echilibrată; dăruiesc prea mult sau prea puțin? Cum pot să stabilesc mai bine o perspectivă de generozitate echilibrată?

Cea de a patra zi este *nețah* de *hesed*: încredere în sine când ești generos. Am regrete când dau lucruri? Mă reține ceva? Îmi aduc aminte de generozitatea mea timp îndelungat? Sunt atașat ideii de a fi un om generos? Râvnesc să fiu considerat o persoană foarte generoasă? Acest proces continuă pe tot parcursul celor patruzeci și nouă de zile, trecându-se prin toate permutațiile tuturor caracteristicilor, în timp ce ne explorăm în cele mai mici amănunte. Este o idee bună să ținem un jurnal în această perioadă. În fiecare seară consemnăm în el orice aspect relevant am descoperit în legătură cu noi pe parcursul zilei. Este suficient să scriem numai o frază-două. În notele finale sunt incluse mai multe exemple[9].

După cum vă puteți imagina, aflăm multe lucruri despre noi înșine atunci când dedicăm mai mult timp introspecției. Devenim proprii terapeuți și punem în acțiune orice nouă descoperire facem despre sine.

CICLURI ÎN INTERIORUL CICLURILOR

Cabaliștii sunt convinși că orice proces cronologic este analog cu Arborele Vieții. Primii șapte ani de viață sunt considerați ca o epocă *hesed*. Primul an este *hesed* de *hesed* (esența expansiunii), al doilea - *ghevorah* de *hesed* (reținerea

expansiunii), al treilea - tiferet de chesed (frumusețea expansiunii) și așa mai departe. Următorii șapte ani din viață, până la adolescență, sunt considerați o perioadă *ghevorah* (reținere sau justiție), fiecare an reprezentând o *sefirah* deosebită din *ghevorah*. Vârstele cuprinse între paisprezece și douăzeci și unu de ani sunt considerate drept perioada *tiferet* (echilibrarea bunătății cu reticența) și așa mai departe. La patruzeci și nouă de ani încheiem un ciclu.

Misticii iudaici spun că fiecare an multiplu de șapte din viață trebuie să fie un an de reflecție, iar cel de al patruzeci și nouălea trebuie să constituie un jubileu, în cadrul căruia ne eliberăm de cât mai multe practici și obiceiuri vechi putem și ne scrutăm viețile cu responsabilitate. Putem serba jubileul în multe feluri. Nu trebuie să ne abandonăm serviciul și să începem să colindăm lumea. Mai curând putem să sărbătorim fiecare an multiplu de șapte și cel de al patruzeci și nouălea adăugând la viața noastră zilnică abundența și bogăția diverselor experiențe. Încercăm lucruri noi, acordăm mai mult pentru noi înșine, eliminăm multe din problemele care ne distrag, fiind și mari consumatoare de timp, încercăm să dezvoltăm aspecte noi ale relațiilor pe care le avem. reflectăm asupra a cine suntem și a ceea ce am făcut cu viețile noastre. Putem face asta pe parcursul activităților obișnuite de zi cu zi. Căsătoriile și relațiile evoluează și ele în cicluri. Unii spun că fiecare ciclu de acest fel durează tot șapte ani. Indiferent de numărul anilor, esențial este să înțelegem caracterul ciclic al evoluției vieții. Tendința noastră este să considerăm lucrurile ca și când ar rămâne neschimbate. Piața bursieră înregistrează o scădere a valorii acțiunilor, așa că vindem; înregistrează o creștere a valorii, cumpărăm. Dacă lucrurile nu merg bine în relațiile noastre, vrem să le rupem; dacă lucrurile merg grozav, vrem să le păstrăm pentru totdeauna.

Lucrând cu tehnicile cabalistice, învățăm nu numai să ne cunoaștem mai bine pe noi înșine, dar și despre permutațiile vieții. Dobândim cunoaștere asupra ritmurilor universului și asupra ritmurilor proprii. Tot așa cum suntem supuși unor

ritmuri biologice pe parcursul diferitelor perioade din viaţă, avem ritmuri emoţionale, ritmuri mentale, iar - la nivel mistic - ritmuri spirituale. Sunt perioade când lucrurile par să meargă mai bine decât altele în relaţiile noastre, în situaţia noastră financiară, în starea noastră de sănătate, în bunăstarea sau starea noastră de spirit, în norocul nostru şi în toate celelalte aspecte. Nu este atât de important să explicăm diferenţele de ritmuri, cât este să devenim conştienţi de ele. Această conştientizare ne ajută să înţelegem natura ciclică a tot ceea ce există în creaţie. Când înţelegem pe deplin aceste cicluri, opţiunile şi deciziile noastre sunt mai bine fundamentate. Nu ne lăsăm surprinşi de tăvălugul evenimentelor sau răpuşi de emoţii. Înţelegerea evoluţiei în cicluri este cheia succesului în toate domeniile vieţii.

CINCI LUMI, CINCI DIMENSIUNI ALE SUFLETULUI

Conform Cabalei, Creaţia este compusă din cinci categorii principale de conştiinţă, numite lumi sau universuri.[10] Deşi le atribuim denumiri diferite fiecăruia, ele nu sunt universuri separate, ci sunt concentric unul în interiorul celuilalt. *Asiah* este lumea materialităţii, cea fizică; *ieţirah* - lumea emoţiilor, a sentimentelor; *beriah* - lumea intelectului; *aţilut*- lumea spiritului; şi *adam kadmon* - sursa primordială. Fiecare din aceste lumi este o lentilă prin care dobândim o perspectivă unică asupra realităţii. Astfel, Cabala afirmă că sufletul are cinci niveluri, cinci dimensiuni ale conştiinţei. Fiecare dimensiune are relaţii specifice, unice cu lumea, iar fiecare relaţie este mijlocul prin care noi ne conectăm în mod misterios cu acea lume. Unele aspecte ale sufletului au mai mare legătură cu starea noastră fizică, materială, pe când altele privesc alte tărâmuri ale realităţii. Un aspect al sufletului este totdeauna conectat cu centrul creaţiei şi aceasta este legătura noastră eternă cu adevărul. În rezumat, dimensiunile sufletului sunt următoarele:

NEFEŞ: LUMEA ACŢIUNII

Nefeş este nivelul sufletesc cel mai conectat la materialitate. În esenţă, el este sufletul structurii atomice. Fiecare particulă din materie are un *nefeş*, fiecare piatră, fiecare plantă, fiecare corp ceresc. În termenii umanului, *nefeş* este asociat cu conştiinţa trupească, corporală. Este partea din noi cel mai tare legată de lumea fizică din jurul nostru. După

moarte, acesta este aspectul sufletului care întârzie cel mai mult în preajma celui decedat. Este totodată partea de suflet cea mai implicată în procesul de purificare de după moarte.

Nefeş este deseori numit sufletul animalic. *Zoharul* oferă o frumoasă descriere a acestuia: „*Nefeş* este stimulaţia cea mai de jos de care este legat şi la care reacţionează trupul, este precum partea întunecată aflată la baza flăcării unei lumânări, cea mai lipită de fitil (corp) şi care există numai prin acesta. Atunci când flacăra lumânării este aprinsă total, această zonă întunecată devine jilţul pe care stă lumina albă, incandescentă de deasupra (următorul nivel sufletesc, mai înalt - *ruah*). Când ambele niveluri sunt la maximum de incandescenţă, lumina albă devine jilţul în care sălăşluieşte o altă lumină ce nu se poate discerne pe deplin (un nivel şi mai înalt al sufletului: *neşama*). Astfel încât se formează o lumină (flacără) completă".[11]

Aşa încât, deşi *nefeş* este partea cea mai densă, opacă a sufletului, cea mai puţin conectată cu Sursa Divină, ea este temelia tuturor celorlalte niveluri sufleteşti şi este cea mai direct legată de trup. Acest aspect al sufletului este indispensabil vieţii însăşi şi practic orice lege iudaică poate fi încălcată pentru singura poruncă de importanţă supremă, aceea a *miţvah* de salvare a vieţii, numită *picuah nefeş*. Multe forme ale materiei, cum ar fi atomii elementari, neutronii, protonii şi electronii, sunt compuşi mai cu seamă din nivelul sufletesc *nefeş*. Totuşi, la fel cum materia se poate organiza în forme din ce în ce mai complexe de existenţă - de la organismele unicelulare până la fiinţa umană - tot aşa poate şi sufletul fundamental să dezvolte aspecte superioare, niveluri elevate. care sunt mai strâns conectate cu sursa centrală a creaţiei. Acest proces este ceea ce face ca forma de viaţă umană să fie deosebită.

RUAH: LUMEA FORMĂRII

Ruah înseamnă „suflu" sau „spirit". Este asociat cu conştiinţa elementară şi informaţiile care ne parvin prin simţuri. La oameni, *ruah* este legată de vorbire şi emoţii, ambele manifestări cu efecte ce se mişcă permanent în interiorul trupului. În vreme ce *nefeş* este asociat cu conştiinţa corporală, *ruah* este mai mult corelat cu conştiinţa emoţională.

„Spiritualitatea" noastră se fundamentează pe nivelul *ruah* al sufletului. El este cel care ne mişcă în mod inexprimabil până la lacrimi când suntem impresionaţi de un poem, de o privire, de o operă de artă sau, pur şi simplu, de un moment din natură. Iubirea la acest nivel este pentru noi mai adevărată şi mai trainică. Simţămintele noastre de rost şi sens în viaţă depind în mare măsură de gradul în care ne activăm propriul *ruah*.

Această activare este rezultatul modului în care ne trăim viaţa şi ne petrecem timpul, ca şi al senzaţiilor (materiei prime) pe care le ingerăm prin intermediul simţurilor. Aşa cum trupul este menţinut în funcţiune de alimentaţie, sufletul este menţinut de experienţe şi trăiri. În multe culturi, alimentele sunt clasificate după calităţile lor, cum ar fi agitante, liniştitoare, stimulative, perturbatoare, calmante, întăritoare şi aşa mai departe. Experienţele afectează spiritul în acelaşi mod.

Atunci când *ruah* este înălţat în poziţia sa cea mai elevată, atingem o stare de conştiinţă numită *ruah-ha-kodeş*, ceea ce se traduce ad litteram ca spiritul sfânt. Este o stare ce transcede starea conştientă normală. Cu *ruah ha-kodeş* trecem în alte dimensiuni ale realităţii şi căpătam o înţelegere clară a modului în care se va desfăşura viaţa. Toţi profeţii biblici au beneficiat de *ruah ha-kodeş*; obţinerea acestui nivel de profeţie este una din aspiraţiile practice de intensă contemplaţie ale iudaismului.

NEŞAMA: LUMEA CREAŢIEI

Cuvântul *neşama* are în ebraică aceeaşi rădăcină (nshm) ca termenul pentru respiraţie. Acest nivel sufletesc este asociat cu conştiinţa elevată şi tărâmurile îngereşti. Este o calitate definitorie a conştiinţei umane.

Zoharul scrie despre *neşama*: „*Nefeş* şi *ruah* se întrepătrund, pe când *neşama* rezidă în caracterul individului. Această localizare nu poate fi descoperită sau precizată. Dacă o persoană se străduieşte să ducă o viaţă pură, neprihănită, aceasta este ajutată de o sfântă *neşama*. Dar dacă persoana nu are aplecare către virtute şi puritate în viaţă, ea este animată numai de două niveluri: *nefeş* şi *ruah*."[12]

Deşi avem cu toţii puterea să dezvoltăm aspectul *neşama* din sufletele noastre, nu există nici o asigurare că o vom face. De exemplu, gândiţi-vă la cuptorul unui olar. Smalţurile de pe unele ceramici necesită menţinerea acestora în cuptor la anumite temperaturi pentru intervale precise de timp. Dacă nu se atinge temperatura necesară, nu se obţine smalţul.

Din perspectivă spirituală, vieţile ne sunt însufleţite de acţiunea conştientă (combustibilul) şi de modul de viaţă curat, neprihănit (oxigenul). Avem nevoie de un amestec adecvat al celor două elemente ca să putem atinge nivelul de temperatură necesar pentru a anima potenţialul superior al sufletului nostru. Odată ce am realizat acest lucru, avem acces la domeniile conştiinţei extinse.

Deşi puterea noastră de a ne dezvolta nivelul superior al sufletului nu este garantată în nici un fel, se crede că scopul existenţei umane este de a urmări acest nobil obiectiv. *Zoharul* spune: „La început, o persoană are un *nefeş*. Apoi, acesteia i se acordă nivelul mai înalt ce se bazează pe *nefeş*, care este *ruah*. După care, se instaurează un nivel superior, situat mai presus de celelalte, *neşama*, şi persoana devine vrednică de lumea viitoare. *Nefeş* nu poate exista fără ajutorul *ruah*, iar *ruah*, la rândul său, este susţinut de *neşama*. Cele trei formează o

unitate".[13] Simplu spus, viaţa omului nu este completă fără *neşama.*

Neşama provine dintr-o sursă superioară, pe câtă vreme ruasch are o origine oarecum inferioară. Când cele două surse se unesc, ele strălucesc cu o lumină celestă şi se numesc „lampadar sfeşnic" După cum se spune în *Proverbe*: „Sufletul omului este un sfeşnic de la Domnul", tălmăcit în *Zohar* ca: „Lampadarul lui Dumnezeu este *neşama* omenirii".[14] În multe privinţe *neşama* este un aspect esenţial al Creaţiei, pentru că este o dimensiune a sufletului care este direct conectată la Sursa Divină de viaţă, iar prin intermediul *neşama* şi al nivelurilor elevate ale sufletului devenim coparteneri ai lui Dumnezeu în continua desfăşurare a Creaţiei.

Neşama este prin ea însăşi esenţa sa. Nu poate fi pătată sau întinată, Când murim, aceasta se reîntoarce imediat la propria ei Sursă Divină.

HAIAH: LUMEA EMANAŢIEI

Mai există două niveluri, mult mai curate şi mai pure ale sufletului. *Haiah*, sau esenţa vie, este atât de eterică încât are prea puţină legătură cu trupul şi se menţine în cea mai mare parte în alte sfere. Este prea subtilă şi de nepătruns pentru conştiinţele noastre şi nu putem cunoaşte acest nivel, decât intrând în stări de conştiinţă modificate. În acele rare momente când trăim experienţa unităţii de proporţii oceanice şi a strălucitoarei lumini a unicităţii pure, intrăm în domeniul conştiinţei *haiah.*

Nu se poate spune nimic altceva despre acest nivel al sufletului, decât că el reprezintă cel mai înalt nivel de conştiinţă accesibil oamenilor. Acesta este domeniul cabalistic al înţelepciunii *(hohma)*, care este sursa înţelegerii *(binah).*

Experienţa iluminării propovăduită de iudaism sau a contopirii cu Dumnezeu, *devekut*, se află la nivelul sufletesc de *haiah.*[15] Este o dimensiune mult prea rafinată pentru a putea fi

descrisă, prea adâncă şi splendidă pentru a putea fi conţinută în limitele unui concept.

IEHIDAH: LUMEA VOINŢEI

Nivelul de suflet cel mai puternic conectat cu sursa conştiinţei se numeşte *iehidah* ceea ce înseamnă „unitate". Este punctul central al sufletului şi, ca atare, dispare, se estompează în infinitatea creaţiei. Unii susţin că acest aspect al sufletului este cel direct conectat cu esenţa Divinităţii. Nu este „cu" noi, dar nu suntem niciodată despărţiţi de el.

Aici este locul unde dualitatea se dizolvă. Este ceva prea subtil pentru cunoaşterea umană. *Iehidah* este legătura supremă cu Dumnezeind, partea din noi ce nu poate fi niciodată despărţită de Divinitate. Când totul dă greş şi nu se mai poate face nimic, conştiinţa că suntem dotaţi cu *iehidah* poate fi suficientă pentru a ne ajuta să trecem prin momentele cele mai grele. din cauză că este aspectul din fiecare individ ce este etern conectat cu perfecţiunea.

PURITATEA SUFLETULUI

Viziunea cabalistică asupra sufletului este că nivelurile superioare *neşama*, *haiah* şi *iehidah* - rămân întotdeauna pure. Acesta este un precept greu de înţeles pentru persoanele care echivalează sufletul cuiva cu acţiunile şi faptele sale. Cum poate cineva care ucide, violează sau comite alte crime odioase să aibă un suflet pur? Pe de altă parte, ne-am putea întreba cum ar fi posibil ca nivelul sufletesc ce se află în uniune cu Divinitatea să fie impur.

Una din povestirile cele mai cunoscute despre Baal Şem Tov se bazează pe tema purităţii sufletului. Este o istorie minunată despre un povestitor care şi-a uitat povestirile. Începe în ziua morţii lui Baal Şem Tov, când acesta şi-a chemat

discipolii la căpătâiul patului său şi le-a dat fiecăruia câte o însărcinare. Unii au fost trimişi la alţi învăţători, altora li s-au dat atribuţii de conducere, iar unii au fost trimişi acasă. Dar unul dintre discipolii săi cei mai îndrăgiţi şi mai apreciaţi a primit o atribuţie cât se poate de stranie. Lui reb Iacob Iosif rebe i-a spus să trăiască în pribegie şi să-şi câştige existenţa ca povestitor.

Deşi reb Iacob era un discipol devotat al lui Baal Şem Tov, a fost extrem de neliniştit când i s-a vorbit de un astfel de viitor, care îi părea de-a dreptul deprimant. L-a iscodit pe învăţătorul său:

- Rebe, am făcut tot ce mi-a stat în putinţă pentru a dobândi umilinţă şi acceptare, dar trebuie să spun că sunt îngrozit la gândul de a trăi toată viaţa pribegind, fără un cămin.

Rebe l-a privit scrutător pe învăţăcelul său, iar în cele din urmă i-a spus:

- Iacob, dragul meu, trebuie să faci asta pentru tămăduirea ta şi pentru a aduce o mare tămăduire în lume. Nu va dura tot restul vieţii tale şi sunt absolut convins că vei avea parte şi de familie şi de cămin pentru că ăsta este destinul tău.

Iacob s-a simţit uşurat, dar încă mai era şovăielnic.

- Rebe, voi face precum îmi ceri. Dar, întrucât am atât de multă reticenţă, mă tem că este posibil să nu-mi pot îndeplini atribuţia până la capăt. Cum voi şti când m-am achitat de îndatorire?

Baal Şem Tov a zâmbit şi a spus cu blândeţe:

- Vei primi un semn clar şi nu vei avea nici o îndoială că zilele de pribegie s-au sfârşit.

După moartea învăţătorului său, reb Iacob şi-a început viaţa de pribeag şi povestitor. Părea că are un rezervor aproape infinit de povestiri; istorii pe care i le relatase Baal Şem Tov, istorii despre viaţa lui Baal Şem şi alte istorii, pe care le aflase în cursul anilor cât studiase *Talmudul* şi *Midraşurile*.

În scurt timp a devenit vestit. Era cunoscut în toate sinagogile şi hanurile. în orice loc unde povestitul era unul din modurile cele mai răspândite de petrecere a timpului. Oriunde

se ducea i se oferea mâncare din belşug şi găzduire. În multe privinţe, cu povestirile sale el reuşea să contacteze mai mulţi oameni şi, astfel, să fie mai bine cunoscut de publicul larg, decât îndrumătorii spirituali care-şi aveau propriile congregaţii. Drept rezultat al călătoriilor sale, în cursul cărora cunoştea mereu oameni noi şi vedea condiţiile acestora de trai în multe situaţii diferite, inima lui a început să se înmoaie, să se îmbuneze. Învăţătorul său cunoscuse cu siguranţă importanţa îndatoririi pe care i-o dăduse.

Munca lui reb Iacob a continuat aşa timp de câţiva ani, iar el s-a schimbat. Nu mai avea importanţă unde se află şi cu cine ia masa. Îşi dăduse seama că fiecare persoană pe care o cunoştea îi oferea o nouă posibilitate să ajute un suflet sau să îndrepte lumea. Încetase să se mai întrebe cât avea să mai bată drumurile şi învăţase să trăiască viaţa zi cu zi, moment de moment.

Într-o zi i s-a vorbit despre un nobil, un baron din Roma, care oferea plată în monede de aur pentru orice nouă povestire i se relata despre Baal Şem Tov. Reb Iacob ştia că repertoriul său imens de astfel de povestiri era probabil cel mai vast din lume, astfel că s-a decis să meargă la Roma. Avea să-şi epuizeze sărăcăcioasele sale resurse financiare pentru a efectua călătoria, dar era sigur că va câştiga destui bani pentru a-şi putea face viaţa mai uşoară în anii următori.

A ajuns la destinaţie în ziua precedentă Şabatului. A fost invitat să locuiască la castelul baronului şi să participe la masa de vineri seara. Reputaţia lui reb Iacob era cunoscută baronului, aşa că sosirea sa a fost primită cu mare entuziasm.

Obiceiul baronului era ca, după masă, să asculte povestirile oaspeţilor săi. Uneori aceste seri de povestiri se prelungeau aproape toată noaptea. În seara respectivă, după ce au terminat masa, oaspeţii au început să povestească istorie după istorie. Dar, de câte ori era rândul lui reb Iacob, mintea acestuia se golea complet şi, indiferent cât de mult se străduia, nu-şi putea aminti absolut nici o povestire. Asta era din cale-afară de neobişnuit. Cunoştea toate povestirile ce se

relataseră în acea seară, dar personal nu putea să se prezinte cu nici o povestire. Baronul a părut decepționat, musafirii erau uluiți, dar reb Iacob nu avea nimic de spus.

S-a dus la culcare absolut perplex. În tot timpul cât fusese povestitor nu i se mai întâmplase să aibă un asemenea lapsus. Când s-a lungit în pat, nu a putut dormi. În minte-i veneau povestire după povestire! Zeci și zeci de istorii. Extraordinare, impresionante, elocvente, transformatoare. S-a pregătit să istorisească câteva dintre ele a doua zi, când urma să aibă loc o altă masă festivă de sărbătorire a Șabatului.

Așezat la masă cu același grup de oameni ca în seara precedentă, a avut în acea dimineață cea mai stranie experiență. Din nou nu-și putea aminti nici o povestire, nici măcar un rând sau chiar un cuvânt dintr-o povestire.

Când a venit vremea celei de a treia mese festive de Șabat, s-a alăturat și el celorlalți. Dar vai, chiar dacă însăși viața i-ar fi fost condiționată de relatarea unei povestiri, n-ar fi putut face nimic și și-ar fi pierdut-o. Aceasta era cea mai nefericită experiență de la moartea învățătorului său. Acum. ce avea să facă? Povestirile dispăruseră. după câte se părea, pentru totdeauna.

În tot acest timp, baronul părea să aibă o răbdare infinită. El a ascultat toate povestirile celorlalți și nu l-a forțat în nici un fel pe reb Iacob. De fapt, la sfârșitul celei de a treia mese, l-a rugat pe Iacob Iosif să mai rămână ca oaspete al său pentru o perioadă. Reb Iacob a mai stat câteva zile, persistând în a încerca să-și amintească, dar nu și-a putut aminti nimic. Întristat și, întrucâtva, rușinat. simțind că, după atâția ani petrecuți împreună, nu reușise să se ridice la înălțimea așteptărilor învățătorului său, i-a spus baronului că trebuie să plece.

Era complet falit deoarece își cheltuise toți banii pentru a veni în Italia. Unde avea să se ducă? Ce avea să facă, acum că nu mai putea să povestească?

Când a venit timpul ca reb Iacob să plece, baronul cel binevoitor i-a dat o pungă cu bani, destui ca să poată ajunge

acasă, şi i-a spus că, dacă-şi amintea vreodată o povestire frumoasă, să se întoarcă neapărat.

Când trăsura a pornit, lui reb Iacob i-a venit dintr-o dată în minte o povestire. Ajuns destul de departe de castel, a strigat brusc:

- Staţi! Mi-am amintit o povestire!

Caleaşca a fost oprită şi s-a întors la poarta castelului, unde se mai afla încă baronul. Reb Iacob a coborât şi a spus:

- Nu ştiu din ce motiv, dar tocmai mi-am amintit de o întâmplare petrecută pe când eram cu învăţătorul. Asta a fost cu atât de mult timp în urmă, încât îmi pare un vis. Dar am fost de faţă, s-a întâmplat aievea şi sunt convins că nu aţi mai auzit istoria asta vreodată.

Baronul era vădit încântat şi l-a invitat pe reb Iacob să se aşeze la umbră. Reb Iacob şi-a început povestirea:

- Odată, pe când eram destul de tânăr şi abia venisem la raba, îmi aduc aminte că. puţin după miezul nopţii, în timpul săptămânii de Pesah, m-a chemat pe mine şi pe alţi câţiva învăţăcei, spunându-ne că trebuie să-l însoţim într-o călătorie. Am înhămat caii, ne-am urcat în furgon şi, cu Baal Şem Tov pe capră, am pornit la drum.

Asta a fost una din primele mele experienţe de *kefiţat ha-dereh*, scurtarea drumului. Cumva rabi era capabil să parcurgă distanţe mari în intervale incredibil de scurte de timp. Nu ştiu cum făcea asta. De zeci de ori am străbătut sute de kilometri în numai câteva ore. Cum caii nu pot parcurge decât opt până la şaisprezece kilometri într-o oră, nu am putut înţelege niciodată cum putea învăţătorul să realizeze aşa o performanţă. Dar a făcut asta de atâtea ori, încât am încetat să ne mai întrebăm.[16]

În acea noapte am intrat într-un orăşel care se afla la peste patru sute optzeci de kilometri de locul unde trăiam. Nu cred că vreunul dintre noi mai fusese vreodată în acel orăşel pentru că locuitorii lui erau nişte antisemiţi notorii.

Când am ajuns acolo, era dimineaţă devreme, iar orăşelul era împodobit de Paşti. Intrând în cartierul evreiesc,

am văzut peste tot numai ferestre bătute în scânduri şi uşi zăvorâte. Rabi s-a dus la o astfel de casă şi, deşi părea părăsită. a bătut cu insistenţă la uşă. După câteva minute, uşa s-a întredeschis şi o persoană înspăimântată a spus că nu e nimeni acasă. Totuşi rabi a insistat să fie lăsat să intre, spunând că este Israel, fiul lui Eliezer. Asta a părut să aibă efect; Baal Şem Tov era o figură legendară încă pe când trăia.

Când uşa s-a deschis, am văzut înăuntru peste zece persoane îngrămădite în încăperea întunecată, cu toate draperiile trase. Odată intraţi, am discutat cu grupul de oameni îngroziţi. Am aflat că locuitorii ne-evrei din acel orăşel credeau în zvonurile calomnioase la adresa evreilor, care li prezentau drept adepţi ei omorurilor rituale.

Trebuie să mă opresc pentru o clipă din povestire pentru a-l putea informa pe cititor că numai cu două sute de ani în urmă se răspândeau uneori zvonuri că evreii ar fura copii şi le-ar folosi sângele în ritualuri secrete. Evreii s-au numărat printre multele minorităţi care au avut de suferit genul de atrocităţi ce se nasc din fanatism, intoleranţă şi ură. Este trist că şi în ziua de astăzi, în unele părţi ale globului acest fel de ignoranţă se manifestă în continuare. Fie ca din voinţa lui Dumnezeu aceste manifestări să înceteze în zilele noastre.

Dar povestirea noastră la o întorsătură surprinzătoare... Reb Iacob a continuat:

- În acel orăşel, în perioada când se serbau Pesah şi Paştele, locuitorii obişnuiau să prindă un nefericit de evreu şi să-l lege în piaţa din centru, drept pedeapsă pentru că bea sânge de om. Desigur că, în nesăbuinţa lor, nu aveau nici cea mai mică idee că legea evreiască interzice ingerarea de sânge de orice natură. Chiar carnea de animal sau pasăre trebuie sărată pentru a se extrage orice urmă de sânge din ea, înainte de a fi gătită. Dar nici n-ar fi crezut aşa ceva. De cele mai multe ori, nefericitul evreu era batjocorit în centrul orăşelului, dar scăpa cu viaţă. Totuşi, uneori, mai ales dacă de curând avusese loc un deces accidental în colectivitate, evreul era omorât, ca şi când el şi toţi ceilalţi evrei ar fi fost de vină

pentru orice nenorocire. Normal că oamenii din acea încăpere erau înghețați de spaimă la gândul că vor fi descoperiți și că unul dintre ei va fi târât în piața orășelului.

Învățătorul meu, Baal Șem Tov, a ascultat cu atenție toate temerile exprimate de acei evrei speriați. De fapt, chiar în acele momente puteam vedea prin fereastra din față că, la o mică distanță de casă, locuitorii orășelului se adunaseră în piață pentru a-l asculta pe primar. Era îndatorirea primarului să incite mulțimea până la frenezie. Deodată, rebe s-a uitat la mine și a spus cu glas tunător:

- Reb Iacob, vreau să te duci în piață și să-i spui primarului că vreau să vină la mine!

Am fost de-a dreptul șocat. Eram îmbrăcat ca un evreu. Purtam o haină neagră lungă și pălăria de formă tradițională. Aveam barbă și perciuni. Mă vor depista imediat. Eu voi fi acela care va fi legat în piață. Dar învățătorul m-a privit doar și am știut că nu am de ales.

Genunchii îmi tremurau atât de tare când am înaintat în acea piață aglomerată, încât de-abia mă țineam pe picioare. Oamenilor nu le venea să-și creadă ochilor. Un evreu care se îndrepta spre primar! Am urcat treptele de la podium; primarul însuși era oripilat de faptul că mă vedea în fața lui. I-am spus:

- Baal Șem Tov, Israel, fiul lui Eliezer, a cerut să vii la el.

Primarul s-a făcut alb la față, pe urmă stacojiu și, în cele din urmă, cenușiu. M-am gândit că sunt un om mort. Dar, apoi, primarul m-a privit în ochi și mi-a zis:

- Spune-i că voi veni când termin ce am de făcut aici.

Cumva, mulțimea m-a lăsat să trec. M-am întors la casa cu pricina și i-am relatat lui rebe ce s-a întâmplat. El s-a întunecat la chip atât de tare, că aproape nu-l mai recunoșteam. Mi-a spus:

- Reb Iacob, du-te imediat înapoi și spune-i primarului că vreau să vină imediat la mine!

N-am avut de ales și m-am dus înapoi. Din nou oamenii au fost surprinși că un evreu smintit se încumeta să vină în mijlocul lor. Am urcat treptele de la podium și am

observat că primarul încerca să se ascundă în spatele cuiva. M-am dus drept la el şi i-am spus:

- Baal Şem Tov, Israel, fiul lui Eliezer, îţi cere să te prezinţi în faţa lui imediat.

Am crezut că o să-mi taie beregata. Dar s-a întâmplat exact contrariul. Primarul m-a luat de braţ, a coborât treptele şi m-a urmat până la casa respectivă. Imediat ce a intrat, Baal Şem Tov l-a condus într-o încăpere din spatele casei şi cei doi au rămas acolo singuri timp de peste o oră. Când s-au întors, faţa primarului avea cu totul altă expresie. S-a dus înapoi în piaţă, le-a spus oamenilor să se întoarcă la casele lor şi a emis o proclamaţie prin care punea capăt pentru totdeauna pedepselor pentru aşa-zis omor ritual. Am auzit că, la câteva luni după aceea, a plecat din oraş şi nu s-a mai întors. Baal Şem Tov nu ne-a povestit niciodată ce s-a petrecut între ei, când a rămas singur cu primarul.

Povestea din poveste

Când reb Iacob şi-a terminat istorisirea, baronul a rămas câteva momente adânc cufundat în gânduri, apoi l-a îmbrăţişat pe povestitor şi l-a sărutat pe obraz. Cu un zâmbet larg i-a spus:

- Eu ştiu ce i-a spus Baal Şem Tov primarului! Vezi tu - a adăugat - eu sunt acel primar!

Reb Iacob s-a uitat mai atent la baron. Trecuseră mulţi ani de-atunci, dar, da, cu siguranţă, acest om îi părea într-adevăr cunoscut. Baronul a mărturisit:

- Te-am recunoscut din clipa în care mi-ai intrat în casă. Te aştept de mulţi ani. ştiam că ai să vii. Când n-ai putut istorisi nici o povestire în timpul Şabatului, am fost îngrijorat. Totuşi, nu mi-am pierdut speranţa. Trebuie să recunosc, însă, că atunci când te-ai urcat în trăsură şi ai plecat, m-am simţit pierdut. În clipa aceea l-am invocat pe învăţătorul tău, pe Baal

Şem Tov, şi sunt sigur că el s-a întors pe pământ să te inspire. Acum ascultă istoria mea.

Sunt evreu din naştere. Tatăl meu era rabin, tatăl lui fusese rabin şi ne tragem dintr-un şir lung de strămoşi rabini. Pe când eram tânăr student la universitate, m-am îndepărtat de tradiţia familiei. Consideram că vechile legi sunt ridicole şi vechile obiceiuri simpliste. Eram convins că există o cale mai bună în viaţă, astfel că am devenit un nonconformist.

Nu m-a deranjat să fiu ales primarul unui orăşel cu populaţie antisemită. Eram de părere că va fi mai bine pentru toată lumea dacă o terminăm mai repede cu vechile tradiţii. Dar, într-o noapte, cam cu o lună înainte să veniţi voi, tu şi Baal Şem Tov, în orăşel, am avut un vis extrem de straniu. Am visat că un grup de înţelepţi din antichitate erau aşezaţi în jurul unei mese, pe care se afla un sărman suflet, ofilit şi zbârcit, ce îşi aştepta judecata, Un mare *ţadik* stătea în capul mesei.

Învăţaţii păreau să fie de acord că sufletul nu avea nici o valoare, nimic bun nu mai rămăsese din el şi că trebuie damnat pentru eternitate. Dar acel *ţadik* a spus că orice suflet este pur, orice suflet are valoare şi că, dacă acel suflet putea vedea adevărul, porţile raiului se vor deschide şi pentru el. A întins un deget şi a atins sufletul ofilit de pe masă. În locul unde l-a atins, a apărut un punct strălucitor, incandescent. Apoi visul s-a sfârşit, în vreme ce o voce repeta mereu: Acest *ţadik* este Baal Şem Tov. Israel, fiul lui Eliezer, Baal Şem Tov.

După acest vis nu mai aveam inima să continui campania de pedepse pentru falsele acuzaţii de omor ritual, dar eram primar. Ce era să fac? Şi atunci ai apărut tu şi mi-ai spus că Baal Şem Tov voia să mă vadă! La început am fost năucit, aşa că te-am expediat. Dar când ai venit a doua oară. am ştiut că acest rebe îmi va salva viaţa.

În încăperea aceea din spatele casei, Beşt mi-a spus multe. Am vorbit despre suflete, despre rai, iad şi destinul omenirii. Am vorbit despre o nouă conştiinţă, o schimbare a modului în care oamenii vor vedea lucrurile - el numea asta mesia, mântuire - şi am vorbit de adevăr şi pace. Apoi, ştiind

că sunt destul de bogat, mi-a spus să vând tot ce am şi să împart suma obţinută în trei. O treime urma s-o dau săracilor; o treime s-o folosesc pentru a-mi cumpăra libertatea; iar ultima s-o utilizez pentru a mă retrage într-un ţinut îndepărtat. În restul vieţii trebuia să fac fapte bune şi să mă împac cu Dumnezeu. În final, a spus că atunci când cineva va veni şi-mi va spune propria mea poveste, voi şti că am fost iertat. Îţi mulţumesc că ai venit, prietene.

În cele din urmă, atât reb Iacob cât şi baronul au fost absolviţi în acel moment. Se spune că baronul i-a dat lui reb Iacob jumătate din averea sa. Amândoi au devenit renumiţi pentru povestirile lor minunate, inimile lor calde şi faptele lor bune. Astfel, Baal Şem Tov îşi continua opera chiar şi după ce plecase într-o altă realitate.

Multe povestiri hasidice susţin că un rabi poate şti exact de ce anume este nevoie pentru a îndrepta sufletul cuiva. În această istorie, lucrurile sunt mai complexe. La fel ca într-un roman epopeic rusesc, rebe a întreţesut vieţile oamenilor de o manieră ce nu a putut fi descoperită decât după mulţi ani. Invitaţia lui Baal Şem Tov, adresată lui reb Iacob, de a-l cunoaşte pe primar şi insistenţe sa de a-l trimite într-o mulţime de oameni mânioşi erau doar nişte scene dintr-o piesă mult mai vastă. Această povestire hasidică demonstrează preceptul că fiecare întâmplare este un punct de legătura cauzală pentru o mulţime de linii temporale care converg acolo în acel moment.

Una din cele mai importante învăţături ce se desprinde din această povestire este ideea că fiecare om are un suflet pur. Indiferent de cât de jos am decăzut, putem fi recuperaţi şi mântuiţi. Din perspectiva iudaismului, ceva mai degenerat ca primarul nu există pentru că el accepta şi scuza torturarea şi uciderea evreilor în epoca falselor acuzaţii de omor ritual. Dar povestirea demonstrează că Bal Şem Tov a făcut tot posibilul pentru a îndrepta şi mântui sufletul sfânt al primarului.

NIVELURILE SUFLETEŞTI ŞI CONŞTIINŢA

Aşa cum am văzut, diferitele niveluri sufleteşti sunt asociate cu niveluri specifice de conştiinţă. Conştiinţa este considerată ca fiind un continuum; la fel şi sufletul. Nivelurile superioare ale sufletului sunt, la modul figurat, mai aproape de sursa lor, în timp ce nivelurile mai opace - *ruah* şi *nefeş* - sunt mai aproape de sfera conştiinţei umane şi pot fi influenţate de felul în care ne trăim viaţa. Dacă acţiunile sau vorbele noastre au drept rezultat vătămarea altor oameni, dacă minţile noastre devin contractate, înguste sau rigide, *ruah* şi *nefeş* sunt afectate de opacitatea conştiinţei. E ca şi cum ar înota într-o apă care se înnămoleşte. În felul acesta, se „pângăresc". Ca atare, după moarte, *nefeş* şi *ruah* trebuie să treacă printr-un proces de purificare pentru a-şi recăpăta fluiditatea de conştientizare.

Imaginea prezentată în *Zohar* implică faptul că fiecare nivel sufletesc depinde de celelalte, dar toate sunt acordate la aceeaşi frecvenţă. Ne putem imagina asta ca o coardă de vioară. Dacă ceva îi obstrucţionează libertatea de mişcare, struna nu poate vibra cum trebuie şi nu poate produce sunetul ei caracteristic. La anumite intervale de-a lungul strunei o putem apăsa, astfel încât numai un capăt al ei vibrează. Dar, atâta timp cât ceva o împiedică, ea nu poate funcţiona pe deplin.

Procesul de izbăvire a *nefeş* şi *ruaḥ* este efectiv asigurat după moarte. Vom discuta asta mai târziu în această carte. Aspectul esenţial de subliniat aici este că dimensiunile sufleteşti care includ *neşama*, *haiah* şi *iehidah* sunt totdeauna pure. Ele nu pot fi întinate, pătate sau alterate în vreun fel. Unele credinţe implică faptul că sufletele pot fi stricate, corupte. Acest gen de precepte distorsionează complet conceptul de suflet, aşa cum este el prezentat de misticismul iudaic, şi pot fi dăunătoare.

Rugăciunile de dimineaţă cuprind o frază, care sună aşa: „Dumnezeul meu, sufletul (*neşama*) pe care mi l-ai dat

este pur."[17] Putem să meditãm asupra acestei idei pentru a ne dezvolta respectul de sine şi pentru a ne adânci simţământul de interconectare cu toate fiinţele. Este un exerciţiu simplu.

Imaginaţi-vă că înlăuntrul vostru străluceşte o lumină pură. Dacă închideţi ochii, puteţi întrezări această lumină aprinsă în adâncul fiinţei voastre. Apoi, vă spuneţi: Indiferent de ceea ce cred despre mine, ştiu că am un suflet pur. Când reflectăm mai mult asupra acestei afirmaţii, începem să simţim o scânteiere de pace interioară.

Următorul pas al acestui exerciţiu este ca, încetul cu încetul, să începem să admitem că fiecare persoană pe care o întâlnim are un suflet pur. De fiecare dată când vedem pe cineva, ne spunem: iată un suflet pur; iată încă un suflet pur. Indiferent dacă persoana este blândă şi agreabilă sau are o personalitate aspră. Nu are nici o importanţă. Sufletul fiecărei fiinţe este pur.[18] Dacă continuăm acest obicei pentru fiecare om pe care-l întâlnim, inclusiv pentru cei în prezenţa cărora avem sentimente negative, modul în care ne raportăm la noi şi la ceilalţi se va schimba radical. Pe cât de simplist poate părea la prima vedere, exerciţiul acesta are darul de a ne deschide inimile.

SUFLETE PERECHI

Zoharul consemnează că, înainte ca Dumnezeu să trimită sufletele în lume, ele sunt grupate pe perechi - unul feminin şi unul masculin. Apoi, sunt date unui emisar, numit Noapte, care are ca atribuţie concepţia. Perechea este despărţită şi fiecare persoană se naşte la timpul sorocit ei. *Zoharul* spune că aceste suflete sunt reunite de Dumnezeu la timpul potrivit într-un singur trup şi un singur suflet.[19]

Teza ridică multe semne de întrebare. De exemplu, se explică oare cu adevărat că în lume ar exista numai o singură persoană destinată a fi sufletul pereche al altei persoane? Dacă este aşa, ce se întâmplă dacă cineva face ceva ce-i produce

moartea timpurie? Ce se întâmplă dacă cineva optează din proprie voinţă să rămână alături de o persoană care nu este sufletul său pereche?

Mai mult, înseamnă oare că fraţii şi surorile nu pot fi suflete perechi? Cine a spus că sufletele perechi trebuie să fie de genuri opuse? Cum se potriveşte reîncarnarea cu toate astea?

În Cabala lurianică se spune că în lume există un singur suflet primordial, cel al lui *Adam kadmon*. Din acest suflet unic s-au răspândit scântei în întregul univers. Orice om este purtătorul unor astfel de scântei. căzute din iniţialul Adam şi Eva şi, în felul acesta, cu toţii suntem sufleteşte înrudiţi, rude de suflet.

Obiectivul lui Adam şi Eva în Grădina Edenului a fost să efectueze o rectificare, care să aducă universul la un nou nivel de conştiinţă. Aşa-numita nereuşită de a face acest lucru a produs prăbuşirea marelui suflet universal.

Sufletul originar este descris ca având 613 „mădulare", reprezentând 613 misiuni specifice pe care Adam şi Eva le aveau de îndeplinit pentru a putea produce rectificarea creaţiei.[20] Fiecare mădular era în sine o rădăcină ce conţinea alte 600.000 de rădăcini mai mici.[21] Astfel că, înmulţind cele 613 mădulare cu 600.000, deducem că sunt, în total, peste 3,5 miliarde de rădăcini de suflet.

Fiecare din aceste miliarde de rădăcini este numit un „suflet mare". Aceste suflete mari sunt, la rândul lor, compuse din câte 600.000 de suflete individuale, reprezentate fiecare de o scânteie de suflet. Astfel, calculat. numărul de scântei ajunge la peste 2.000 de miliarde. În pofida numărului imens de scântei de suflet, toate sufletele fac parte din familia lui Adam şi a Evei, compusă din cele 613 mădulare primare.

Conform teoriei lui Isaac Luria, există deosebiri fundamentale între tipurile de suflete, precum între Cain şi Abel. În timp ce interpretarea ad litteram a istoriei din *Geneză* este că Abel a fost omorât de Cain, interpretarea esoterică este că fiecare dintre ei reprezintă o forţă primordială. Abel

reprezintă *hesed*, forța expansiunii, iar Cain reprezintă *ghevorah*, forța contracției.

Derularea creației este un proces al luptei continue dintre polii opuși: lumină și întuneric, a da și a primi (lua), sus și jos, dreapta și stânga, viață și moarte. Disputa dintre Cain și Abel este prima descriere din *Biblie* a înfruntării și tensiunii dintre forțele opuse. Din același punct de vedere, fiecare suflet este conectat la o rădăcină asociată unor forțe care pot fi în armonie sau pot fi opuse celor asociate rădăcinii altor suflete.

Cabala lui Luria statuează clar că menirea întregii creații continuă să fie îndeplinirea misiunii originare a lui Adam și Eva. Mai întâi trebuie să reinstaurăm conștiința din Grădina Edenului, iar apoi, îndatorirea noastră este de a salva scânteile căzute, astfel încât universul să se poată înălța la nivelul următor: conștiința mesianică.

Ideea aceasta modifică inter-relaționarea noastră cu sufletul. Fiecare suflet este compus din mai multe scântei, nu numai din una singură. Aceste scântei sunt conectate cu diverse rădăcini din cele 613 inițiale.[22] De aici deducem că sufletul are o componență de o mare diversitate și se poate conecta ușor cu o multitudine de alte suflete. De fapt, numărul de posibile suflete pereche pe care îl putem întâlni este enorm.

Imaginați-vă un imens joc de puzzle, cu milioane de piese, dar numai 613 de variante de aranjare. Asta înseamnă că fiecare piesă se va potrivi cu multe altele. Dacă jocul ar avea o singură soluție, ar fi posibil să nu-l putem rezolva niciodată. Dar jocul este dinamic și poate fi rezolvat într-un număr aproape infinit de feluri. Acesta este procesul de Dumnezeind și Creând.

Putem să nu recunoaștem o anume legătură sufletească pe care o avem cu o altă persoană, pentru că nu este de natură romantică. Dar, dacă este de natură romantică, s-ar putea să nu arate ca în visele noastre. „Dumnezeu împerechează în permanență cupluri cu naturi diferite - durul cu blândul, vorbărețul cu tăcutul, extrovertitul cu introvertitul - astfel încât universul să-și păstreze echilibrul".[23] Ceea ce-i reproșezi

perechii tale poate fi exact calitatea esenţială care v-a atras unul către celălalt.

Aşadar, sfatul cel mai important al *Zoharului* este că, de fiecare dată când ne căutăm un suflet pereche. trebuie să-L binecuvântăm pe Atotputernic şi să ne rugăm din toată inima[24], pentru că întreaga menire de a ne conecta cu un suflet pereche, ca şi menirea existenţei noastre, sunt de a ridica nivelul de conştiinţă al omenirii. În mod evident, există multe potenţiale suflete pereche pentru noi toţi.

Din perspectivă lurianică, putem spune, într-adevăr, că practic orice relaţie pe termen lung avem. aceasta este. prin definiţie, o conectare de suflete perechi. Unele durează până la moartea unuia dintre parteneri; altele nu. Oricum ar fi, chiar şi după cea mai romantică perioadă de debut, aproape toate cuplurile seriose recunosc că relaţia este o continuă provocare, un proces neîntrerupt de frecuş şi compromisuri. Acesta reprezintă un aspect important al laturii mistice a sufletelor perechi, care este de a ridica nivelul de conştiinţă, fiind oarecum diferit de punctul de vedere idealist, care sugerează o legătură de uniune şi armonie perfectă între două fiinţe.

Modul în care conlucrăm cu oricare dintre posibilele noastre perechi de suflet pentru a contribui la ridicarea nivelului de conştiinţă al lumii este unul din marile mistere ale Creaţiei. Aşa că, ne rugăm nu numai pentru a ne găsi un suflet pereche, ci şi pentru a dobândi suficientă înţelegere în a şti să apreciem nuanţele din relaţia noastră, astfel încât să facem distincţie între aspectele care reprezintă un bagaj inutil şi cele care ne înalţă pe noi şi întreaga lume la nivelul unei conştiinţe superioare.

Fie să avem cu toţii fericirea de a dobândi pătrunderea şi înţelegerea necesare!

SUFLETE

Cu mai mulţi ani în urmă, la una din mesele noastre de Şabat din Ierusalim, o catolică, pe nume Mary. stătea tăcută, ascultând povestirile şi pildele ce se relatau acolo. De vreo două ori am observat că plângea încetişor. Nu discutam evenimente triste, dar sufletul ei era înduioşat într-un mod misterios de cele auzite. Multe lacrimi curg la Ierusalim.

Într-o pauză a conversaţiei, Mary şi-a făcut curaj să vorbească şi a spus:

- Ştiu că asta pare straniu, dar când aveam unsprezece ani eram fascinată de jurnalul Anei Frank. Cred că l-am citit de vreo cincizeci de ori. Pur şi simplu o visam mai târziu. Când aveam şaptesprezece ani, mi s-a întâmplat ceva ce n-o să uit niciodată. Trebuia să plec undeva şi m-am hotărât să fac călătoria cu trenul. De obicei, mergeam întotdeauna împreună cu părinţii, cu avionul, iar aceasta era prima dată că mi se întâmpla să merg noaptea cu trenul. După apusul soarelui, am rămas cu privirea pironită la întunericul de afară. Nu ştiu ce s-a întâmplat, dar dintr-o dată am constatat că mă aflu într-un spaţiu înghesuit, supraînţesat de lume. Cineva plângea. Era sufocant de cald. Duhoarea de trupuri umane, excremente şi vomă era îngrozitoare. Am observat că ne legănam şi am auzit zgomotul pe care-l fac roţile de tren pe şine.

Era ca-ntr-un vis, dar mă simţeam perfect trează. Mi-era frică. Lângă mine se aflau rude de-ale mele, nu rudele pe care le am în prezent, ci dintr-o altă vreme. Se aflau acolo bunica, mama şi tata. Sora mea stătea chiar alături de mine; ştiam, de asemenea, că şi cei doi fraţi ai mei erau pe-acolo, pe undeva. Am auzit o femeie gemând şi tânguindu-se în capătul celălalt al vagonului de marfă; am ştiut că cineva murise în acel moment. Ştiam, de asemenea, că ne îndreptam către

propria noastră moarte, dar eram neobişnuit de calmă la acest gând.

Comesenii noştri rămaseseră muţi, ca vrăjiţi de povestirea lui Mary. Eu şi Shoshana mai auziserăm istorii asemănătoare, dar aceasta era una din cele mai veridice relatări din câte-mi amintesc.

Mary luă o înghiţitură de apă. Am văzut că retrăirea, probabil pentru a mia oară, a acestei istorii obsedante făcea să-i tremure mâinile.

- În cele din urmă, trenul a ajuns la destinaţie. Când s-a oprit, după trei zile şi trei nopţi de drum, gardieni înarmaţi cu bastoane grele ne-au mânat răcnind printre îngrădituri de sârmă ghimpată. Apoi am rămas în şiruri lungi, aşteptându-ne rândul. Încet-încet, avansam către o încăpere unde oamenii erau îndreptaţi unii spre dreapta, iar alţii spre stânga.

Bunica, tata şi mama erau chiar în faţa mea şi a surorii mele. Vedeam cum majoritatea celor dinaintea noastră erau trimişi către stânga. Bunica a fost şi ea îndreptată spre stânga, la fel tata şi mama. Îmi amintesc exact expresia de pe feţele lor când gardianul m-a tras spre dreapta. Aveam şaptesprezece ani. Sora mea, de numai opt ani, a fost trimisă la stânga. Mama a început să plângă şi să se tânguie. iar eu îl loveam cu pumnii pe gardian, deşi nu aveam prea mare putere. Pur şi simplu m-au târât de acolo. Nu mi-am mai revăzut familia niciodată.

Mary a început să plângă cu suspine. Toţi ceilalţi erau tăcuţi şi înlăcrimaţi. Am rămas aşa, fără glas, minute-n şir. Apoi, Mary a spus:

- Nu pot să vă povestesc, nici măcar în mare, despre grozăviile de neimaginat care se întâmplau acolo. Am rezistat numai şase luni, dar pentru mine a fost o eternitate. Cunosc chipurile ucigaşilor mei.

Şi vreau să ştiţi că sunt convinsă că toate astea s-au întâmplat într-adevăr. Pur şi simplu ştiu precis. Nu ştiu ce-ar trebui să fac în legătură cu asta, dar amintirile-mi sunt atât de clare. Pentru mine totul este la fel de real ca orice altceva mi s-a întâmplat pe parcursul vieţii.

Povestirea lui Mary nu este un fapt neobişnuit. Am cunoscut zeci de persoane - evrei şi ne-evrei - care au amintiri extraordinare despre întâmplări trăite în timpul Holocaustului, dar sunt mult prea tineri pentru a fi putut participa la ele. Unii nu-şi amintesc evenimente specifice, ci doar au sentimentul profund că au fost victime. Câţiva şi-au exprimat convingerea că sunt foşti nazişti, care s-au întors pe pământ pentru a lucra asupra unui vid aflat în miezul fiinţei lor.

Povestirile despre Holocaust îţi frâng inima. Ele ridică multe întrebări fără răspuns. Toţi morţii aceia, ce s-a întâmplat cu sufletele lor?

Însă oameni ca Mary adaugă o dimensiune nouă. Ceva continuă să răzbată din Holocaust, ceva ce umple amintirile unui număr remarcabil de oameni. Mulţi se jenează chiar şi să vorbească despre asta. Nu este pur şt simplu manifestarea unui fenomen de imaginaţie sau de vinovăţie colectivă. Se întâmplă ceva mai profund. Amintirile sunt prea pregnante, iar în unele cazuri au fost chiar verificate şi s-a demonstrat că sunt adevărate.

Este ceva real. Sufletele victimelor şi gardienilor sunt cu adevărat prezente, aici şi acum. Este o problemă dificilă, dar ne dă speranţe. Ţine de misterul Creaţiei, al sufletelor. al vieţii, menirii şi morţii.

Ce este sufletul? Întrebarea îi frământă pe teologi de mii de ani. Nu este un subiect uşor de abordat. De unde vine sufletul? Unde se duce? Care este menirea lui?

GRAVITAŢIA SUFLETEASCĂ

Potrivit tezelor ştiinţifice, universul fizic este ţinut laolaltă de forţele electromagnetice. Se presupune că aceeaşi gravitaţie care menţine în funcţiune sistemul solar, acţionează şi la nivelul protonilor, neutronilor şi electronilor atomilor. Diferitele forţe pot avea diferite grade de putere şi anumite caracteristici specifice, dar principiul general rămâne acelaşi.

Fizicienii continuă să caute formula universală prin care să exprime acest proces.

Forţa electromagnetică este în mod cert trăsătura dominantă a corpului omenesc, deşi nu o putem vedea. Dacă am putea cumva elimina spaţiul dintre nucleele atomilor care compun corpul nostru, materia fizică a corpului s-ar reduce la un volum mai mic decât cel al unui grăunte de nisip.[25] Cu alte cuvinte. suntem un grăunte de materie, răspândită pe un spaţiu de 1,50-1,80 m. înălţime şi ţinută laolaltă de forţe electromagnetice pe care nimeni nu le-a putut măsura vreodată.

Aşa cum s-a evidenţiat în anii din urmă, fizica teoretică şi metafizica esoterică au puncte comune. Misterele forţelor electromagnetice sunt pentru ştiinţă ceea ce este pentru teologie problema sufletului. Nu există ca entitate, dar universul depinde de el. Nu-l putem gusta, mirosi, vedea, auzi sau atinge, dar tot ce simţim, şi chiar simţurile noastre ca atare, există şi se manifestă numai datorită sufletului.

În mistica iudaică, sufletul este unul din aspectele absolut esenţiale ale Creaţiei însăşi. Aşa cum universul fizic n-ar putea exista fără energie, dimensiunea spirituală se bazează pe „materia sufletească". Viziunea cabalistă este, desigur, că nu am putea avea univers fără domeniul spiritual, astfel încât am putea spune că unul din pilonii de bază pe care se sprijină Creaţia este sufletul.

Cabala defineşte sufletul ca un fel de câmp magnetic spiritual. Acesta nu are dimensiuni spaţiale şi nici graniţe delimitative, dar este asociat materiei. Descriind această asociere, *Zoharul* susţine că sufletele sunt „modelate" ca trupurile. „Aşa cum trupul este format în această lume din combinaţia a patru elemente, spiritul este format în Grădina Edenului din combinaţia celor patru suflări. Sufletul este înveşmântat acolo în amprenta personală a formei corporale. Dacă n-ar fi cele patru suflări, care sunt văzduhurile Grădinii, sufletul nu ar fi fost înveşmântat (nu i s-ar fi dat formă) deloc".[26]

„Amprenta personală a formei corporale" este un tipar, un model primordial, care ar putea fi caracterizat ca reflecția în oglindă a imaginii noastre într-o altă dimensiune. Oglinda însă nu este una ce reflectă forma noastră fizică. Ci, mai degrabă, este un fel de oglindă neobișnuită cu raze X, care depistează substanța noastră spirituală. Tiparul acestei substanțe nu este numai în noi, ci se găsește simultan și în alte dimensiuni ale realității.

Când ne gândim la suflet, avem tendința involuntară să-l legăm de un corp. Îi dăm o identitate: sufletul meu, sufletul tău. Il considerăm o entitate, care este cumva legată de trup. Unii spun că sufletul sosește în corp în momentul când ne naștem, alții sunt de părere că vine în timpul gestației sau în momentul concepției. Dar toată lumea este de acord că sufletul părăsește trupul în momentul morții. În timpul vieții este cu noi; dar probabil că uneori este și în alte locuri. Nu știm sigur unde se duce după ce murim, deși unii susțin că știu.

Legarea sufletului de o identitate este o greșeală pentru că implică o separare. Este ca și cum am spune că electricitatea necesară unei case este deosebită de sursa ei de la centrala electrică. Când vedem un aparat electric în funcțiune, trebuie să presupunem că electricitatea îi aparține? Este electricitatea dintr-un prăjitor de pâine deosebită de electricitatea din prăjitorul de pâine din casa de alături? În mod evident, electricitatea nu aparține nici uneia din casele în chestiune pentru că, atunci când este oprită livrarea curentului de la centrală, toate casele din cartier rămân fără electricitate.

Însă, dacă sunt vecin cu cineva a cărui casă nu este conectată la rețeaua generală și care are o sursă diferită de alimentare cu electricitate, avem o situație cu totul diferită. Electricitatea într-o casă nu provine din aceeași sursă cu cea din cealaltă. Și totuși este electricitate și funcționează pe baza aceloraşi principii în ambele case, indiferent de sursa de proveniență. La fel este și cu sufletele. Există un principiu de suflet, un „suflet mare", care întruchipează și cuprinde ca

reprezentare toate sufletele. Există apoi linii de descendență, care leagă sufletele de diferite arhetipuri.

O trecere în revistă a literaturii religioase și filosofice iudaice demonstrează că există puncte de vedere foarte divergente referitoare la suflet. Sufletul nu poate fi explorat și analizat fără a studia misterele menirii vieții, recompensei. pedepsei. morții, raiului și iadului. De aceea probabil subiectul sufletului pare să producă un fel de alergie intelectuală. Când un filosof sau teolog discută problema sufletului ai senzația că resimt un mare disconfort.

Misticii însă discută problema sufletului cu o totală indiferență față de logică, consecvență sau grija de a se corela cu vreun sistem consacrat. Asta pentru că misticii „trăiesc experiența" altor realități și, în consecință, nu au îndoieli cu privire la existența acestora. Mai mult, deoarece aceste realități nu sunt complet deconectate de realitatea materială pe care o vedem în fața ochilor, concluzia lor este cât se poate de clară: un aspect al lumii noastre materiale are rol de mediator între aceste realități. Astfel, putem spune că sufletul este mediul care dizolvă granițele conștiinței.

IUBIREA ESTE SORA SUFLETULUI

Putem aprecia mai bine sufletul când ajungem să-i cunoaștem sora. Așa cum sufletul transcende limitele timpului și spațiului, la fel face și sora sa: iubirea. Are iubirea granițe? Putem să-i dăm o formă? Uneori, când îi impunem niște limite, pare că putem să-i determinăm niște însușiri. În realitate, în unele situații putem simți simptomele iubirii. Dar simțământul este efemer, iar iubirea rămâne nedefinită, nedesluşită, nemărginită, veşnică și complet în afara puterii noastre de înțelegere.

Iubirea poate fi considerată ca o unitate, o unire într-o omniprezentă și unică identitate. Dar trăim iubirea în multiplele ai forme: iubirea paternă, iubirea maternă, iubirea

romantică, iubirea pătimaşă, iubirea divină, iubirea de familie, iubirea de frate şi aşa mai departe. Fiecare din aceste expresii ale iubirii are trăsături diferite. Fiecare este propria sa realitate.

Aţi vrea să explicaţi iubirea cuiva? Cum funcţionează ea? De ce nu funcţionează întotdeauna la fel? Cum o măsurăm? Vreţi să spuneţi că nu putem să stabilim niciodată cu precizie ce îi apropie sau ce îi îndepărtează pe oameni unii de alţii? Cu siguranţă, iubirea este o experienţă mistică. De aceea i se spune sora sufletului.

Faptul că nu putem explica iubirea înseamnă oare că aceasta nu există? Desigur că nu. Avem cu toţii parte de experienţa iubirii. Sufletul este exact la fel. Transcende toate limitele conştientului.

La început, sufletul poate părea mult mai greu de sesizat şi de trăit decât iubirea, dar nu este aşa. Trăim experienţa lui tot timpul; doar că nu o numim astfel. Foşnetul valurilor marii, pâlpâirea focului, şoapta vântului în noapte şi uimitoarea întindere a cerului înstelat - toate ne vorbesc în limbajul sufletului. Zborul unei păsări, umbra unei stânci, torsul unei pisicuţe, zâmbetul unui necunoscut - toate ating o misterioasă coardă interioară.

Numiţi-l cum vreţi. Misticii spun că acesta este sufletul - enigmatic şi paradoxal, Când afirmăm: „Iubesc această persoană, nu ştiu de ce", avem de-a face cu enigma. Când afirmăm: „Iubesc această persoană şi o urăsc în acelaşi timp", avem un paradox. Multora dintre noi le sunt cunoscute ambele sentimente. Enigma este ca un spiriduş; se joacă cu noi. Dar paradoxul este mai plictisitor şi mai sâcâitor; ne trage şi ne împinge şi poate fi de-a dreptul obositor.

În acelaşi fel, putem aborda problema sufletului dintr-o perspectivă intuitivă echilibrată şi înţeleaptă şi să ne implicăm într-un joc enigmatic, ca într-un vis din care nu vrem cu adevărat să ne trezim vreodată. Sau putem să ne aruncăm cu capul în jos în paradoxul existenţei sufletului şi să ne luptăm cu întrebări dificile, încercând să ne agăţăm de ceva să găsim o cale de înţelegere a ideii. Unii spun că natura paradoxului este

atât de evazivă şi înşelătoare că nu vom reuşi niciodată; alţii susţin că cunosc o cale de a face paradoxul să se întoarcă împotriva sa însuşi, astfel încât să putem lucra cu el.

Limbajul sufletului

Iată câteva exerciţii ce ne ajută să descoperim modul în care poate fi trăită experienţa sufletului. Fiecare dintre ele poate fi făcut în mai puţin de cinci minute. Alegeţi unul din ele.

1. Imaginaţi-vă că ţineţi un copil nou-născut în braţe. Ochii lui sunt deschişi. Ştiţi că la vârsta lui nu-şi poate concentra privirea, dar el se uită drept în ochii voştri. Închideţi ochii şi imaginaţi-vă timp de două-trei minute această privire, descoperind ce simţiţi în acele momente când copilul vă priveşte drept în ochi.

2. Imaginaţi-vă că aveţi în mâini un ou ce conţine un pui viu. Ţineţi mâinile sub lampa de încălzire şi simţiţi ciocănitul puiului care încearcă să iasă din ou. Continuaţi să ţineţi oul strâns în mâini şi să simţiţi mişcarea dinăuntru, imaginându-vă că în vreme ce-l ţineţi, puiul reuşeşte cu-ncetul să spargă coaja şi să iasă afară. Închideţi ochii şi simţiţi cum este să treceţi prin această experienţă.

3. Încercaţi să vă amintiţi de întâia dată când aţi simţit că vă îndrăgostiţi. Vă reamintiţi simţământul fizic? A afectat această stare simţurile, felul în care vedeaţi lucrurile, felul în care receptaţi gustul fiecărui lucru? În ce fel era faza aceasta de îndrăgostire diferită de viaţa normală de zi cu zi? Rămâneţi în retrăirea acestei amintiri timp de câteva minute.

4. Imaginaţi-vă că, în sfârşit, aţi întâlnit cea mai înţeleaptă făptură care a existat vreodată, indiferent de cine ar putea fi aceasta. Poate fi cineva cunoscut sau cineva cu o identitate nedezvăluită. În imaginaţia dumneavoastră încercaţi să observaţi cum este să fii în preajma acestei persoane. Ce întrebări aţi dori să-i puneţi? Imaginaţi-vă ce răspunsuri v-ar da

persoana.

Dacă aţi avut timp să faceţi oricare dintre aceste exerciţii, aţi putut descoperi că limbajul sufletului nu este cerebral, nu se exprimă în cuvinte. Dar este totuşi limpede. Privirea din ochii unui bebeluş atinge o coardă sensibilă din lăuntrul nostru, o gingaşă tandreţe interioară. Fără vorbe, ea „murmură" şi inimile noastre se înmoaie. Ciocănitul vieţii celei noi din ou, gata să vină pe lume, trimite vibraţii până în adâncul fiinţei noastre. Viaţa însufleţită ţâşneşte afară, în libertate.

Cine poate pricepe şi pătrunde procesul de îndrăgostire? Care este limbajul lui? Palpitaţii, fierbinţeală. zăpăceală şi confuzie, limpezime de cristal, greaţă, extaz, îndoială, teamă, o furtună pe ocean sau o senină acalmie. Alegeţi orice din toate astea sau pe toate, dar nici unul dintre simptome nu este de domeniul raţiunii.

Făptura înţeleaptă din noi poate fi tăcută sau se poate exprima în cuvinte inteligibile. Dacă vorbeşte, de cele mai multe ori mesajul este atât de simplu că ne derutează. „Fii tu însuţi"; „Te descurci de minune"; „Te iubesc"; „Nu mai fi crispat, fii relaxat". Şi dacă nu vorbeşte, observaţi ce simţiţi când sunteţi în prezenţa ei. Poate fi o senzaţie plăcută de calm şi linişte, ca simţământul că am ajuns, în sfârşit, acasă. Sau poate fi un simţământ de îndoială, de mirare, de curiozitate sau scepticism. Şi acesta este limbajul sufletului.

Pentru a-l putea recepta, trebuie să ne lărgim orizontul de simţire şi să renunţăm la noţiunile preconcepute. Trebuie să învăţăm să auzim, să vedem şi să simţim fiecare nuanţă a trăirilor noastre moment-de-moment Limbajul sufletului se află la liziera gândirii. sau în spatele acesteia. Este simbolic, metaforic, poetic. Există întotdeauna un sens ascuns ce rămâne puţin dincolo de puterea noastră de pătrundere. Nu are importanţă că nu-l putem înţelege cu mintea pentru că o altă parte din noi este influenţată şi asta este suficient,

În pofida limitelor adevărului nostru subiectiv, cabaliştii sunt convinşi că, prin intermediul sufletului, primim

informaţii din alte realităţi. Modul în care ne punem în legătură cu alte realităţi este prin folosirea metodelor de contemplaţie, astfel încât să putem străpunge vălurile ce fac ca gradul nostru de conştiinţă să fie lipsit de claritate şi pătrundere.

Comentând versetul 24:7 din *Psalmi*: „Porţi, ridicaţi-vă capetele", *Zoharul* spune: „Porţile se referă la gradele înalte (nivelurile elevate de conştiinţă) prin intermediul cărora fiinţele omeneşti au singura posibilitate de a-L cunoaşte pe Atotputernic. Fără aceasta [conştiinţa] oamenii nu pot să realizeze comuniunea cu Dumnezeu... Unele aspecte ale sufletului pot fi cunoscute, altele rămân necunoscute. La fel se întâmplă şi cu Dumnezeu cel Sfânt. Este Sufletul sufletelor, Spiritul spiritelor, ascuns nouă; şi totuşi, prin aceste porţi [ale conştiinţei], care sunt porţile sufletului, Atotputernicul se face cunoscut".[27]

ADUCEREA PE LUME A UNUI SUFLET

O convingere foarte răspândită în prezent este aceea că sufletul îşi alege părinţii. Deseori ideea este exprimată în comentarii ironice, de genul: „Ei, probabil că ai avut motive sa-ţi alegi un tată dificil!" sau „Cred că faptul că nu te înţelegi cu mama ta are rostul să te înveţe ceva în legătură cu o viaţă trecută".

Concepţia opusă este că factorul operant este întâmplarea. Din milioane de spermatozoizi, numai unul reuşeşte să străpungă peretele ovulului. Este o pură întâmplare care din ei este mai aproape, se dovedeşte mai rapid, mai puternic şi, deci, va determina ADN-ul fetusului.

Mistica iudaică are un punct de vedere ce se situează la mijloc, între cele două extreme. Pe de o parte, existenţa în univers a liberului arbitru garantează prezenţa permanentă a unui oarecare grad de implicare a întâmplării. Pe de altă parte, întrucât orice se întâmplă în lumile inferioare se reflectă în

lumile superioare, va exista o anume relaţie şi atracţie mistică între suflete.

„Când dorinţa îi aduce alături pe bărbat şi femeie, copilul care rezultă din unirea lor va fi o combinaţie a ambelor forme pentru că Dumnezeu produce copilul într-o matriţă care extrage trăsături de la ambii parteneri. Prin urmare, bărbatul şi femeia trebuie să se sfinţească, să se purifice pentru acest moment, astfel încât forma rezultată să fie cât mai perfectă cu putinţă".[28] Afirmaţia implică faptul că rezultatul concepţiei se bazează nu numai pe ceea ce există, ci şi pe ceea ce ar putea fi.

La nivel individual, partea noastră din „ceea ce există" ţine de structura noastră genetică, materia primă cu care lucrăm. „Ceea ce ar putea fi" este rezultatul opţiunilor pe care le facem în viaţă şi al modului cum ne formăm. Acţiunea combinată a acestor doi factori determină cine suntem în orice moment.

Componenta mistică adaugă o altă dimensiune. „Ceea ce există" cuprinde istoricul conectărilor sufleteşti, întregul arsenal complex de îndatoriri pe care şi le-a fixat fiecare suflet, ca şi relaţia sufletului cu nivelurile superioare şi inferioare. „Ceea ce ar putea fi" se concentrează pe actele de conştienţă spirituală exprimate prin libera opţiune, care devine pivotul pe care se reazemă şi funcţionează lumea.

Vieţile noastre, ca şi întreg universul, sunt cântărite în termeni ce măsoară faptele, cuvintele şi gândurile. Un cuvânt poate răsturna totul. Un gând de moment poate produce o rotire a întregului univers. Fiecare faptă are capacitatea de a modifica soarta. Astfel, incredibila piesă ce se desfăşoară moment de moment este uimitoare şi înfricoşătoare pentru că nu ştim niciodată ce ne aşteaptă. Această teză mistică este reprezentată de concepţie, arhetipul noului.

TRUP ŞI SUFLET

Ştim că alcoolul, drogurile şi fumatul pot dăuna sarcinii. Intuim că stresul exagerat poate fi nociv şi că o perioadă de nouă luni echilibrată şi relativ liniştită poate fi benefică; dar nu avem cum să dovedim asta. De fapt, deseori, după sarcini dificile şl traumatizante, se nasc copii perfect sănătoşi, iar, după sarcini cărora li s-au oferit condiţii ideale, se nasc copii cu colici şi alte complicaţii.

Când luăm în considerare sufletul, lucrurile devin şi mai eterice. Mistica iudaică este ferm convinsă că nivelul nostru de conştiinţă este factorul-cheie în atracţia dintre suflete. Cu alte cuvinte, starea de spirit a *ambilor părinţi* în toate momentele, atunci când sunt angajaţi în actul care conduce la concepere, în timpul concepţiei însăşi (deşi aceasta poate avea loc la interval de ore după aceea) şi pe tot parcursul sarcinii afectează sufletul nou-născutului.

Multe comentarii din tradiţia iudaică orală pun în discuţie o serie întreagă de idei cu privire la problema de ce unele femei rămân însărcinate, iar altele nu. Multe dintre aceste concepte se referă la merit, rugăciune şi vieţi anterioare. În plus, la nivel mistic, este clar că sufletele au nişte îndatoriri de îndeplinit în răstimpul cât sunt asociate cu forma fizică. Astfel, se crede că există un anumit grad de selectivitate, un proces de alegere după condiţia fizică a părinţilor. care să aibă relevanţă pentru atribuţia specifică a sufletului, Evident că nivelul de conştiinţă al părinţilor este considerat un factor important. Numeroase povestiri hasidice relatează despre alegerea de către suflet fie a unor părinţi foarte evlavioşi şi curaţi sufleteşte, fie a unor părinţi cât se poate de obişnuiţi.

În plus, actul sexual are implicaţii mistice enorme.[29] Misticii îndeamnă partenerii ca în timpul acestuia să se considere unul pe celălalt drept reprezentări ale imaginii divine. Mai mult, aceştia sunt sfătuiţi ca „în timpul actului sexual să evite orice gânduri străine de acesta. Partenerii nu

trebuie să se gândească la alt membru al sexului opus decât persoana cu care fac sex".[30]

Aryeh Kaplan, unul din cei mai prolifici scriitori moderni pe probleme de mistică iudaică, crede că meditația profundă „poate avea efect asupra structurii genetice a progeniturii cuiva, ca și asupra structurii spirituale a copilului".[31] Și asta pornind de la pasajul din *Tora* în care Iacob controlează reproducerea genetică a oilor sale astfel încât acestea să fie tărcate, vărgate sau pestrițe. Iacob a făcut asta pentru că trebuia să le dea pe cele albe lui Laban, care era necinstit. Astfel că, a jupuit în dungi coaja de pe nuiele și a meditat asupra nuielelor pentru a produce acest efect la oile care se înmulțeau.[32]

Teza mistică în acest caz este că conștiința este în legătură cu lumile sufletești. Ca atare, conștiința noastră va acționa ca un magnet pentru a atrage sufletele aflate la niveluri similare. Asta este ceva ce nu poate fi perceput logic. Dar dacă putem vizualiza întreaga Creație ca fiind formată din niveluri de conștiință, fiecare nivel reprezentând o realitate diferită, începem să înțelegem dinamica interacțiunii cu lumile sufletești.

Avem tendința să înțelegem greșit relația dintre suflet și trup. Dacă trupul este bine făcut, psihicul este echilibrat și nivelul intelectual grozav, credem că sufletul persoanei respective trebuie să provină dintr-o lume sufletească elevată. Dacă trupul este deteriorat, bolnav, psihicul labil sau nivelul intelectual nu prea grozav, credem că sufletul provine dintr-o lume inferioară. Dar nu așa sunt lucrurile prezentate în învățături.

În *Zohar* se spune că „atunci când lui Dumnezeu îi place de un suflet, trimite suferință asupra trupului, astfel încât sufletul să-și poată câștiga deplina libertate".[33] Iar, în alt pasaj, se afirmă: „Când suferința se abate asupra unui om bun și drept, este din cauza iubirii lui Dumnezeu. Trupul este lovit pentru a da mai multă putere sufletului, astfel încât să vină prin iubire mai aproape de Dumnezeu".[34]

Teza este dificil de înţeles pentru noi. Trebuie să fie exact invers, credem noi. Lucrurile bune trebuie să să întâmple oamenilor buni şi drepţi. Dar nu aceasta este şi concepţia mistică. Sufletul are îndatorirea să se îndrepte pe sine şi să îndrepte lumea, să ridice totul la un nivel de conştiinţă superior. Există un număr infinit de modalităţi de a face asta. Uneori, un trup fizic suferind este exact ceea ce trebuie pentru a ridica nivelul conştiinţei. Boala, condiţiile grele, relaţiile dificile şi încordate, sărăcia, suferinţa, moartea prematură a cuiva drag, oricare din marea varietate de experienţe umane traumatizante poate conduce la un nivel elevat al conştiinţei. Pentru că, „a dobândi o conştiinţă elevată" este un alt fel de a spune „a veni mai aproape de Dumnezeu" sau „a îndeplini un scop primordial al Creaţiei"; orice experienţe trăim în aceste trupuri fizice care ne fac să atingem acest obiectiv sunt considerate ca tot atâtea şanse de a antrena şi înălţa scânteile de divinitate.

Într-adevăr, trecerea cu succes a încercărilor vieţii contribuie mult mai mult la formarea caracterului unei persoane, decât lipsa totală a încercărilor. Evident că există multe încercări de care am prefera să nu avem parte. Însă poate că aşa ni-e scris. Nu prea avem de ales. Modul în care învăţăm să facem faţă la ceea ce ni s-a dat ca soartă va afecta dezvoltarea sufletului.

Am lucrat cu multe familii care sunt încercate de drame. Probabil că cea mai dureroasă situaţie este cea a părinţilor al căror copil a fost diagnosticat ca suferind de o boală incurabilă - mai ales când procesul durează ani de zile. Să vă ferească Dumnezeu ca aşa ceva să se întâmple vreunei cunoştinţe de-a dumneavoastră. Si totuşi, părinţii respectivi cu care am lucrat sunt, de obicei, suflete profunde, care au atins niveluri extraordinare de conştiinţă - ca să nu mai vorbim de copiii de-a dreptul uimitori pe care i-am cunoscut. Nu putem justifica drama lor pe această bază, dar asta na ajută să dobândim înţelegere şi compasiune.

Situaţiile nu trebuie neapărat să fie atât de dramatice ca o boală incurabilă. Un prieten care avea un copil dificil m-a întrebat odată:

- Cum s-a putut întâmpla asta? Trăim bine, i-am oferit lui Tommy tot ce avea nevoie. L-am iubit. Am încercat să-i dăm cea mai bună educaţie, căreia însă i-a opus rezistenţă. Nu l-am răsfăţat cu prea multe bunuri materiale, dar i-am oferit esenţialul, ceea ce contează cu adevărat în viaţă. şi totuşi, de la bun început a fost mânios, nefericit, defensiv, plin de rea voinţă şi distructiv. Dădea foc la tot ce putea. Îi tiraniza pe cei mai slabi şi fura de la copiii mai mici. Am recurs la toate genurile de consiliere pentru el: psihologică şi psihiatrică. Nimic nu a avut însă nici un efect. Ce s-a întâmplat? L-am întrebat;

- Ai încetat cumva să-l iubeşti pe Tommy pentru că are o viaţă dificilă?

- Nu, bineînţeles că nu - mi-a răspuns. Doar că mă doare atât de mult să-l văd cât suferă.

Tatăl lui Tommy nu-l iubea pe acesta mai puţin din cauza dificultăţilor pe care le avea; probabil că simţea iubirea chiar mai profund pentru că-i frângea inima. Nu am alege un astfel de scenariu pentru noi înşine. Iar tatăl lui Tommy a făcut tot ce i-a stat în putinţă pentru a aduce lucrurile pe făgaşul normal.

Întrebarea pe care trebuie însă s-o punem este: Ce se întâmpla cu sufletul lui Tommy? Sau cu cel al tatălui său? Al mamei sale? Al profesorului său? Al psihologului? Al fraţilor si al surorilor? Întreaga lume în care trăia era afectată de Tommy. Atrăgea asupra sa o mare parte din atenţia tuturor. Si afecta multe suflete.

Cine ştie? Geniile se nasc din părinţi fără educaţie; copii cu probleme mentale sau psihologice se nasc deseori în familiile de oameni extrem de inteligenţi, foarte pioşi şi milostivi; copii cu apucături antisociale sau amorale incorigibile se nasc în familii de tot felul. Nu putem face o

paralelă între aceste evenimente şi suflete. Trăim într-o realitate fizică, dar sufletul sălăşluieşte în multe alte realităţi.

PERFECŢIONAREA UNIVERSULUI

Sufletul este cheia cabalistică pentru descifrarea secretului vieţii şi al morţii. Dacă ne reamintim în permanenţă că dimensiunile sufleteşti nu trebuie interpretate drept entităţi fizice şi că sunt „forţe structurate pe tipare" care trec prin diferitele realităţi precum bulele din apa gazoasă, putem folosi preceptele referitoare la suflet pentru a dobândi o viziune extraordinară asupra naturii spirituale a universului.

Într-un remarcabil pasaj din *Zohar*, rabi Eleazar îl întreabă pe rabi Simeon: „Dacă Dumnezeu ştie că oamenii vor muri, de ce mai sunt trimise sufletele pe lume?"[35]

Iar rabi Simeon răspunde: „Acesta este un mister care este explicat în versetul 'Bea apă din fântâna ta şi din izvoarele puţului tău".[36] Termenul de „fântână" (rezervor, bazin), desemnează un loc unde apa nu curge în mod natural. (Metaforic, reprezintă un suflet aflat în lumea aceasta, care nu este habitatul său „natural"). Dacă un suflet nu este întinat în această lume, el se întoarce la locul său (natural) desemnat, într-un mod care este perfect pe toate cele patru laturi, din înalturi şi de dedesubt. Când se ridică în acest fel... apele (radiaţiile) conştiinţei inferioare capătă un curs ascendent [către conştiinţa superioară], ca şi cum o fântână sau un bazin s-ar transforma într-un puţ cu izvoare, deci cu apă curgătoare. Procesul de reîntoarcere a sufletului aduce o nouă dimensiune de uniune, fundamentare, vrere, prietenie şi armonie universului. Astfel, reîntoarcerea sufletului perfecţionat finalizează o unire ce a fost iniţial pornită de iubirea şi afecţiunea divină... [şi, prin aceasta contribuie la perfecţionarea generală a universului]."[37]

Ideea este uluitoare, adăugând un sens cu totul nou conceptului de suflet. Atunci când gazda sufletului gândeşte,

vorbeşte şi acţionează într-un mod care este benefic pentru lume, prin bunătate şi milostenie, acte de caritate, aducerea păcii între oameni şl alte asemenea fapte, atunci dimensiunile superioare ale sufletului sunt activate, producând o activare în zonele de conştiinţă elevate. La moarte, dacă sufletul se întoarce la sursa sa originară având elementele sale superioare într-o stare mai perfecţionată, atunci *întregul univers beneficiază prin aceea că dobândeşte un nivel mai înalt de armonie!*

Nu avem de a face pur şi simplu cu sufletul „meu" si *karma* „mea". Nu suntem victimele circumstanţelor, slujitori ai regelui, mici rotiţe în maşinăria complicată care se roteşte continuu, măcinându-ne şi transformându-ne în pulbere. Ci, dimpotrivă, suntem conectaţi prin intermediul sufletelor noastre la sursa Creaţiei şi putem influenţa mersul Creaţiei.

SOARTA ŞI MIRACOLELE

Rabi Zusha din Hanipoli (secolul al XVIII-lea) era vestit pentru credinţa sa simplă, nesofisticată. Se povestesc multe istorioare despre el, dar probabil mai cunoscută este cea care relatează răspunsul dat de el unor discipoli care l-au întrebat de ce învăţăturile lui sunt diferite de cele ale dascălului său. Răspunsul lui Zusha a fost: „ Când mă voi afla în faţa instanţei judecătorilor cereşti, aceştia nu mă vor întreba dacă mi-am trăit viaţa precum Moise ori dacă mi-am trăit-o precum Abraham. Mă vor întreba dacă mi-am trăit viaţa astfel încât să fiu cel mai bun Zusha posibil".

În tinereţe, rabi Zusha şi fratele său, Elimeleh, călătoreau din oraş în oraş, studiind cu diferiţi rebe. În vremea acea mulţi cabalişti erau asceţi rătăcitori, care dormeau în sălile de studiu şi trăiau cu un codru de pâine şi resturi de mâncare - cu excepţia Şabatului, când, de obicei, stomacurile lor primeau pe săturate. Cabaliştii învaţă mai mult din experienţa vieţii decât din cărţi.

Zusha şi Elimeleh adorau să ia parte la evenimente fericite: logodne, circumcizii şi, în special, nunţi. Nunţile au atâta mister şi, bineînţeles, furnizează mâncare din belşug.

În cadrul unei nunţi evreieşti tradiţionale, câteva ritualuri au relevanţă cabalistică. Hupa, sub care stau mirele şi mireasa în timpul ceremoniei, reprezintă poarta către ceruri. Înainte de nuntă, într-o ceremonie specială, numită *bedeken*, mirele pune un văl pe faţa miresei. Cât timp se află sub acest văl, se spune că mireasa este în comuniune directă cu sufletele mamei sale, bunicelor şi străbunicelor sale, până la Sara, mireasa lui Abraham. Mai mult, în tot acest timp. ea se conectează cu sufletele copiilor, nepoţilor şi strănepoţilor săi, până la vremurile când conştiinţa mesianică va schimba

concepţia noastră asupra realităţii. Numai gândul la toate aceste conexiuni era de-ajuns pentru a-i da lui Zusha ameţeli.

În timpul ceremoniei propriu-zise, când mireasa îşi face apariţia ţinând în mână o lumânare, ea trebuie să-l înconjoare pe mire de şapte ori. Aceasta simbolizează faptul că aduce lumină celor şapte niveluri primordiale ale Creaţiei în care ea şi mirele îşi unesc sufletele. În timpul ceremoniei se spun şapte binecuvântări pentru a marca legătura la fiecare nivel. Iar spargerea paharului de la sfârşitul ceremoniei, deşi are multiple alte sensuri la multe niveluri, simbolizează pentru mistici începutul Creaţiei. Asta înseamnă că lumina fiecărei căsătorii este atât de strălucitoare încât face ţăndări toate concepţiile anterioare şi deschide lumea pentru o serie întreagă de noi posibilităţi. Pentru Zusha, nunţile nu erau pur şi simplu doar locuri unde putea căpăta mâncare bună, ci ele constituiau evenimente miraculoase. El credea cu fermitate că echilibrul lumii depinde de fiecare căsătorie.

Povestirea de faţă priveşte o anumită nuntă, care a atras atenţia lui Zusha. Mulţi cred că povestirile hasidice sunt basme, fabulaţii sau simple istorioare anecdotice cu rol pedagogic sau distractiv. Dar marii cabalişti spun că aceste povestiri sunt întotdeauna adevărate la un anume nivel.

Era o nuntă mare. Veniseră oameni din toată regiunea pentru a-i omagia pe mire şi mireasă. Organizarea era fastuoasă, mâncare din belşug, muzica cânta fără întrerupere şi toată lumea dansa cuprinsă de un entuziasm de nestăvilit. Totul era proiectat în intenţia de a trimite val după val de bucurie şi voioşie către ceruri, astfel încât cuplului să i se asigure o viaţă de fericire deplină în răstimpul vieţuirii pe acest pământ şi în lumea viitoare.

Dar Zusha era înspăimântat. Văzuse ceva ce se întâmplase în timpul nunţii şi care-l îngrijora profund. Era un amănunt, probabil că nimeni altcineva nu băgase de seamă, dar era exact din categoria de incidente cu a căror observare şi-a petrecut Zusha întreaga viaţă. Vedeţi, Zusha era unul din *lamed-vav ţadikim*, cei treizeci si sase de sfinţi necunoscuţi

nouă, care lucrează în secret în această lume astfel încât să menţină universul laolaltă."[38] Fără intervenţia acestor *lamed-vav*, durerea şi suferinţa care ar exista în lume ar fi inimaginabile.

Incidentul se petrecuse chiar în timpul ceremoniei propriu-zise. Când mireasa a venit să se alăture mirelui sub baldachin, a început să-i dea ocol pentru a accede la lumile superioare. Pentru mulţi aceste lumi sunt un mister, unii ar spune chiar că sunt o fantezie. Multă lume crede că aceste lumi nu sunt importante în comparaţie cu realitatea tangibilă. Dar pentru rabi Zusha lumile acestea erau la fel de reale ca orice putea să atingă sau să vadă. De fapt, pentru el aceste lumi erau mai pline de semnificaţie şi mai permanente decât orice de pe pământ,

Zusha descoperise de la o vârstă fragedă modalitatea de a intra în alte realităţi. Avea o misterioasă viziune lăuntrică. Când o persoană acţiona într-un anume fel, era semn sigur că, în viitorul apropiat avea să i se întâmple ceva bun. Zusha învăţase că mişcarea cuiva către stânga sau către dreapta era, într-un fel, o indicaţie a posibilităţilor de succes ale persoanei.

În copilărie, Zusha presupunea că toţi oamenii aveau această aptitudine de observaţie şi, în consecinţă, puteau anticipa lucrurile ce urmau să se întâmple. Mai târziu însă, a descoperit că, deşi toată lumea avea capacitatea reală de a prevedea viitorul, majoritatea oamenilor nu acordau timpul necesar dezvoltării acestui dar unic şi extraordinar. De fapt, rareori îi era dat să întâlnească pe cineva care vedea lucrurile în acelaşi fel cu el. Astfel că, a fost extrem de tulburat atunci când a văzut că mireasa l-a înconjurat pe mire numai de cinci ori în loc de necesarul de şapte.

Se înghesuise prea multă lume în jurul baldachinului. Câţiva rabini şi membri ai familiei fuseseră aproape striviţi în înghesuială exact în clipele acelea critice. La un moment dat, atenţia tuturor fusese distrasă de un câine care lătra. Mireasa a făcut tot ce a putut, dar nimeni nu a numărat, de fapt, de câte ori i-a dat ocol mirelui. Nimeni, în afară de rabi Zusha, care a

făcut asta în mod automat. De fapt, pentru el cel mai uşor foşnet al vântului era un mesaj, chemarea cea mai şoptită a unei păsări, culoarea unei muşte, sau faptul că cineva inspiră sau expiră când se spune ceva - toate erau mesaje. Fiecare amănunt, oricât de mic, dezvăluia ceva mult, mult mai important pentru acest *lamed-vav ţadik.*

Faptul că mireasa îl înconjurase pe mire de numai cinci ori era o prevestire de rău augur. Nu se efectuase conectarea în două din cele şapte sfere, astfel că armonia universului celor doi era subminată. Avea să se deregleze, iar dezechilibrul urma să aducă mari încercări şi cumpene.

Pe baza observaţiilor sale asupra ciclurilor vieţii, rabi Zusha ştia că fiecare cuplu se confruntă cu multe probleme, dar că, în cel de-al şaptelea an de căsnicie. se ivesc dificultăţi cu totul speciale. Este un moment în care fie că toate lumile se reaşează într-o nouă armonie pentru alţi şapte ani, fie că lucrurile se blochează într-un fel de inflexibilitate. Când se întâmplă asta, cei doi parteneri se despart. În cazul cuplului nostru, acest lucru urma să se întâmple în cinci ani. Dar avea să fie cu mult mai dificil pentru ei întrucât respectivele lor lumi ar fi fost în dezacord. Lui rabi Zusha îi era foarte teamă pentru ei.

Dar, slavă Domnului, soarta nu este atât de fixă precum cred unii oameni. Tot ceea ce facem afectează modul în care se va desfăşura viata noastră. Desigur că, în majoritatea timpului nu ne dăm seama de subtilităţile forţelor care acţionează în viaţă şi ratăm multe posibilităţi de a ne direcţiona propria soartă. Este însă de datoria unui *lamed-vav ţadik* să îmbunătăţească destinele celor din jur. Aşa că, rabi Zusha s-a apucat de treabă, folosindu-şi considerabila influenţă pe care o avea în cosmos pentru a oferi tinerilor căsătoriţi un dar de nuntă secret. Era un dar ce nu putea fi niciodată adus în discuţie. Numai Zusha însuşi urma să aprecieze roadele eforturilor sale la cinci ani după aceea. În rugăciunile sale din dimineaţă de după nuntă, Zusha a meditat adânc asupra problemei şi a început să deschidă canale de legătură de

importanţă vitală. Încă de tânăr învăţase că, aşa cum putea observa conexiunea dintre univers şi acţiunile individuale, putea într-adevăr influenţa universul printr-o acţiune premeditată. De exemplu, atunci când, observa cu certitudine că o anume faptă a cuiva va conduce la o experienţă dureroasă, distrăgea atenţia persoanei în momentul critic. Dacă cineva spunea ceva ce în mod sigur avea să-i producă necazuri, Zusha găsea o cale de a antrena persoana într-o conversaţie şi, manevrând pe nesimţite subiectul acesteia, să desfacă răul făcut. Aceasta era responsabilitatea lui de *lamed-vav ţadik*. Nu avea de ales.

Învăţase chiar să detecteze şi stările de spirit periculoase ale oamenilor şi găsea mijloace să redreseze în mod subtil psihicul persoanei în cauză pentru a o scoate din starea respectivă. Uneori, fără motiv, trecem de la o stare de spirit proastă la una bună; poate fi consecinţa faptului că lângă noi s-a aflat un *lamed-vav*. Într-adevăr, câteodată credem că avem o conversaţie obişnuită cu un străin, dar, de fapt, această persoană ne ajută să evităm o tragedie. În plus, mulţi dintre noi acţionăm ca nişte *lamed-vav ţadikim* fără s-o ştim nici noi. Dar acesta este subiectul altei povestiri.

Zusha, cufundat în meditaţie adâncă, a început să pledeze în favoarea tinerilor căsătoriţi în instanţa cerească. O, dacă oamenii ar avea înţelepciunea să vadă importanţa acţiunilor minore. Desigur că el înţelegea că nu mireasa era cea care produsese problema ca atare. Ci, mai curând ea relevase ceva ce era deja în mâinile soartei. Şi totuşi, după cum funcţionează lucrurile în lumea asta, dacă ar fi reuşit să facă toate cele şapte ocoluri, ar fi putut să-şi influenţeze soarta şi poate ar fi modificat sentinţa dată prin puterea opţiunii sale libere.

Rabi Zusha a încercat în acest fel să completeze cele două ture lipsă. Discuţiile din instanţa cerească au fost complicate. Vieţile miresei şi mirelui, ca şi vieţile părinţilor şi bunicilor lor au fost revizuite în amănunt. Cum este omenește, se făcuseră şi greşeli. Unele dintre acestea se acumulaseră.

Sentința nu fusese dată pe baza unei singure probleme, cum se întâmplă cel mai des, ci pe baza unei serii de evenimente care au condus la acest rezultat inevitabil.

În cele din urmă, Zusha a pledat pentru o învoială. Cuplul avea de achitat o datorie. Dar, dacă reușea să-i convingă să facă mai multe acte de bunătate și milostenie decât de obicei în următoarele trei luni, sentința se anula. Așa s-a convenit, s-a semnat și parafat.

Când rabi Zusha și-a încheiat meditația, a pornit în căutarea tinerilor căsătoriți pentru a-i convinge într-un fel să se achite de o obligație pe care aceștia nu știau că o au. Desigur că nu putea spune cum stau, de fapt, lucrurile și, chiar dacă ar fi făcut-o, ei nu l-ar fi crezut. Era obligat să facă totul în maniera sa obișnuită, din culise. Dacă reușea, ei nici n-ar fi știut că el a intervenit în vreun fel.

Cum se termină povestirea? A reușit Zusha să-i convingă pe tineri să dea destulă milostenie pentru a-și putea salva căsătoria? Nu știm, dar trebuie să presupunem că Zusha a găsit modalitatea de a o face. Un *lamed-vav ţadik* reușește de obicei. Însă lucrurile importante pe care le învățăm de aici sunt că soarta noastră ne poate fi dezvăluită în diferite feluri și că există în lume forțe care pot modifica soarta.

De multe ori simțim impulsul de a face acte de caritate. Oare ne șoptește asta la ureche un *lamed-vav ţadik*? Suntem sub puterea unei sentințe care trebuie anulată? Chiar dacă ne îndoim de asta, ce avem de pierdut când simțim impulsul de a face un act de bunătate? Unii susțin că într-adevăr actele de milostenie dau putere unui *lamed-vav ţadik* și că ele țin lumea laolaltă, într-un întreg. Cine poate contrazice o astfel de idee?

Singura menire a unui *lamed-vav ţadik* este de a antrena scânteile de divinitate. În acest proces, el sau ea sfidează în permanență soarta. Se spune că fiecare dintre noi are în sine un aspect de *lamed-vav ţadik*. Înseamnă asta oare că putem să ne schimbăm propria soartă și pe aceea a celor din

jurul nostru? Ce este soarta, cum acţionează ea şi cum o putem influenţa?

DACĂ-ŢI SCHIMBI NUMELE, ÎŢI SCHIMBI SOARTA

Moshe Steinberg era profesor de relaţii internaţionale la Universitatea ebraică „Mt. Scopus" din Ierusalim. Avea o capacitate intelectuală extraordinară şi îşi dedicase întreaga viaţă remarcabilei sale activităţi universitare. Din păcate, nu avea grijă de sănătatea sa. Orele nesfârşite de lucru, combinate cu neasigurarea odihnei şi alimentaţiei corespunzătoare au avut drept consecinţă un infarct la vârsta de cincizeci şi cinci de ani.

Fiul său, Shlomo, el însuşi un intelectual de marcă, prieten cu noi, ne ţinea la curent cu starea tatălui său. Lucrurile păreau să se înrăutăţească pe zi ce trece.

Iniţial, profesorul Steinberg se internase cu dureri atroce de piept. În câteva zile s-a stabilit că era necesar să fie imediat operat pe cord. În timpul operaţiei a făcut stop cardiac, iar doctorii nu au reuşit să restabilească funcţionarea inimii timp de mai multe minute. La început au crezut chiar că pacientul era pierdut. Deşi echipa medicală a reuşit, în cele din urmă, să-l readucă la viaţă pe dr. Steinberg, se produseseră leziuni cerebrale însemnate. După operaţie, profesorul părea să sufere de o paralizie parţială. Nu putea vorbi şi de-abia îşi putea ridica braţul sau capul. Doctorii nu ştiau dacă va mai putea vorbi vreodată.

După o săptămână, doctorii au trebuit să-i mai facă o intervenţie pentru a opri o hemoragie internă. De data asta. profesorul nu s-a mai trezit după operaţie şi a rămas în comă timp de câteva zile.

Sholomo ne-a sunat curând după aceea. Exista sumbra posibilitate ca tatăl său să nu se mai trezească niciodată. Chiar dacă se trezea, probabil că ar fi rămas invalid pentru tot restul vieţii.

Shlomo ne-a spus că se organiza un grup de rugăciune special la Zidul de Apus pentru a recita psalmi şi a-i da tatălui său un nume nou. *Talmudul* spune că una din modalităţile de a schimba soarta cuiva este de a-i schimba persoanei numele.[39] Shlomo şi toată familia făcuseră tot ce puteau în materie de rugăciune, acte de caritate şi milostenie şi angajamente de a se apropia mai mult de Dumnezeu. Ultima lor şansă era să-i schimbe lui Moshe numele.

Rugăciunile au durat vreo două ore. În acest timp, i-am dat profesorului numele cel nou, ales de familia sa: Raphael Brucha Steinberg, un nume ce combina puterea vindecătoare a lui Dumnezeu (*raphael*) cu spiritul binecuvântărilor (*brucha*). În ziua următoare, Raphael Brucha a ieşit din comă.

Timp de câteva zile doctorii au crezut că nu va mai putea merge vreodată şi persistau nişte semne de întrebare în legătură cu judecata sa. Totuşi, în mai puţin de o săptămână de la rebotezare, profesorul a început să şadă în capul oaselor şi să vorbească. A povestit familiei despre o experienţă în cursul căreia îşi părăsise trupul şi se aflase pe o câmpie unde totul era făcut din lumină. Crezuse că a murit, iar făpturile de lumină din jurul său confirmaseră acest lucru. Spunea că nu avusese nici un fel de regret. Însă, la un moment dat, fusese informat că urma să trăiască, dar ca o persoană total diferită de cel ce fusese înainte. şi atunci, s-a trezit.

Profesorul Steinberg a începu realmente o viaţă nouă. După nouă luni de convalescenţă. a început să facă muzică şi să manifeste o adevărată pasiune pentru pictura în acuarelă. Deşi mai ţinea din când în când cursuri, interesul său primordial era să devină artist. Ultimele veşti despre el, la opt ani după boala sa, erau că-şi petrecea vara pe coasta italiană a Mediteranei, pictând câte una sau două pânze pe zi.

SOARTA

Există o zicală: „Numărul copiilor pe care-i ai, lungimea vieții și gradul de bogăție nu depind de meritele tale, ci de *mazal*."[40] În mistica iudaică soarta este numită *mazal*, care se traduce îndeobște ca noroc, dar care înseamnă și „astrele zodiacului". Ideea că trăim sub incidența *mazal* implică faptul că sufletele au de la început un anume destin, dependent de fluxul și cursul universului.

Cabaliștii susțin că luna este vasul mistic în care sunt adunate sufletele înainte de a li se da drumul în lume. În Cabala, luna înseamnă receptivitate. Când este plină, primește plinătatea luminii și expansivității universale. Când este nouă, nu are lumină și este într-o stare mai contractată. Astfel, implicația de ordin mistic este că sufletele sunt influențate de faza în care se află luna în momentul în care sunt asociate trupurilor, fiecare având niveluri diferite de expansivitate sau contracție. În termeni moderni, am spune că asta justifică de ce unii dintre noi sunt mai extrovertiți, pe când alții sunt mai introvertiți, ceea ce pare să fie soarta noastră.

Unii consideră soarta un scenariu fix, dar misticii susțin că ea este flexibilă. Când ne angrenăm în activități care ne elevează conștiința, soarta se adaptează pentru a sprijini astfel de lucruri. De exemplu, *Talmudul* spune că venitul pe care-l va primi cineva în fiecare an este determinat de soartă, „cu excepția banilor cheltuiți pentru [sărbătorirea] Șabatului și a altor zile sfinte. Cine cheltuiește mai mult, primește mai mult, cine cheltuiește mai puțin, primește mai puțin."[41] Astfel, soarta este ajustabilă. În acest caz, celebrarea Șabatului și a altor zile de sărbătoare este privită ca activitate de ridicare a conștiinței, așa că primim *carte blanche* să invităm cât de mulți oaspeți dorim la masa noastră de Șabat. În esență, pentru aceste evenimente, Dumnezeu (soarta) spune: „Plătesc eu nota".

Deși viețile ne sunt influențate de soartă, liberul arbitru ne poate schimba în mod dramatic destinul. Putem interveni

asupra sorții printr-un mod de viață structurat cu pricepere și în cunoștință de cauză. Cu cât ne dăm mai bine seama că există o strânsă relație între ceea ce facem și cine suntem, cu atât ne putem regla viețile mai corespunzător.

Talmudul spune că trebuie să fim prompți în a oferi pâine săracilor pentru că „[milostenia] este o roată din mecanismul lumii". Rabi Gamaliel Beribbi a spus: „Oricine arată compasiune și milă față de alții va avea parte de milă și îndurare din partea cerului; cine nu este milostiv și indulgent față de alții nu are parte de îndurarea cerului".[42]

Marile sărbători de Roș Haşana și Iom Kipur sunt bazate pe ideea că soarta omului este stabilită în acel moment pe un an. În liturghia de Iom Kipur se spune: „De Roș Haşana se înscrie, iar de Iom Kipur se pecetluiește [în cartea sorții] câți vor muri la vremea sortită și câți înainte de asta [din cauza păcatelor]... cine se va odihni, cine va peregrina, cine va fi liniștit, cine va suferi, cine va fi sărac, cine va fi bogat".

Apoi, întreaga congregație spune cu glas tare: „Dar *teşuvah* (schimbarea de comportament), *tefilah* (rugăciunea) și *țedakah* (milostenia) anulează severitatea acestei sentințe".

Soarta este un model schițat într-un registru mistic pentru veșmântul pe care-l numim viață. Dar schița este sumară, are numai contururi generale. Putem afecta proiectul definitiv al vieților noastre. Din felul în care croim materialul sorții, felul în care-l coasem, cum îl garnisim și-l ajustăm, dar, mai ales, prin materialul de viață pe care-l alegem. În cele din urmă, deși structura destinului poate fi conformă, în esență, cu un prototip - ca o rochie, o cămașă sau o pereche de pantaloni - avem multă libertate să modificăm produsul final.

Pe lângă flexibilitatea sorții și influența exercitată de liberul arbitru ca aspect modificator, soarta poate fi schimbată și prin introducerea unui factor nou, neașteptat și surprinzător, în univers. Când acest factor neașteptat este și inexplicabil, îl numim miracol. Miracolele contrazic legile naturii. Unii spun că soarta reprezintă ordinea firească a lucrurilor, iar orice

modificare a cursului ei este de domeniul miraculosului. Să vedem ce înseamnă asta.

MIRACOLE

Biblia descrie multe evenimente miraculoase, cum ar fi toiege care se preschimbă în şerpi, apă care se preface în sânge, urgii stranii, animale care vorbesc, lepră care apare brusc şi dispare la fel de brusc, soarele oprit în loc, un om înghiţit de un peşte mare şi regurgitat după câteva zile viu şi nevătămat.

Talmudul îşi are şi el partea lui de miracole: ucidere cu o privire, înviere a morţilor, bătălii cu demoni, invocare a spiritelor divine, teleportare dintr-un oraş în altul în câteva minute, vizitarea de către oameni în viaţă a tărâmurilor cereşti sau demonice, vindecări incredibile, graviditate acordată femeilor sterpe şi vrăji pe bază de poţiuni.

Miracolele joacă un rol însemnat şi în istoricul majorităţii sărbătorilor. Miracolul despicării Mării Roşii şi cel al celor zece urgii sunt asociate cu Pesah. Apariţia lui Dumnezeu pe Muntele Sinai este asociată cu Şavuot. Zădărnicirea complotului de ucidere în masă a evreilor face parte din mitul Purimului.

Hanuca se bazează pe un miracol ce a avut loc acum două mii două sute de ani[43], când Macabeii i-au învins pe greci. La intrarea în cel de al doilea Templu, evreii au descoperit că uleiul folosit pentru menora fusese pângărit şi că mai rămăsese o cantitate de ulei pur cât să ajungă pentru o singură zi. Miracolul a constat în aceea că această cantitate mică de ulei a ars timp de opt zile, răgaz suficient pentru a se pregăti şi aduce ulei nou.

Deseori miracolele sunt impresionante, neaşteptate şi izbitoare. Cel mai evident exemplu biblic este despicarea mării din timpul Exodului. O mare minune a salvat pe neaşteptate evreii de la a fi nimiciţi. Auzim adesea de asemenea minuni:

un groaznic accident rutier din care pasagerii maşinilor scapă nevătămaţi; o paraşută care nu se deschide, dar paraşutistul supravieţuieşte. Multe miracole se integrează în această categorie. Unii spun totuşi că pentru fiecare minune mare există milioane de minuni mici. Misticii iudaici susţin că lumea cotidiană este locul în care se manifestă natura cu adevărat miraculoasă a Creaţiei.

MIRACOLELE PRECED CREAŢIA

Problema miracolelor i-a interesat într-o măsură considerabilă pe învăţaţii talmudici. Este universul un loc ordonat? Dacă da, aşa cum considerau cei mai mulţi, miracolele trebuie sa fie altceva decât evenimente intervenite din senin.

Una din modalităţile în care învăţaţii din antichitate tratau această problemă era să considere miracolele ca prestabilite; existente în mintea lui Dumnezeu, ca să zicem aşa, încă la vremea Genezei. Acest lucru apare explicit într-un midraş în care Moise, într-o dispută cu Dumnezeu, spune: „Dacă ai despicat marea, vei merge împotriva ordinii firești a lucrurilor. Cine poate să aibă încredere în tine? Îţi vei încălca propria ta făgăduială de a menţine marea şi uscatul separate".[44]

Este un argument serios. Dacă nu putem avea convingerea că universul este ordonat, credinţa noastră este subminată. Dumnezeu făgăduieşte că lucrurile se vor desfăşura într-un anume fel; apele nu se vor desface când vor vrea ele. Dacă descoperim că această făgăduială nu este valabilă în sută la sută din cazuri, ne poate fi zdruncinat simţul realităţii Deci, Moise pune o întrebare crucială. Dumnezeu a formulat nişte reguli scrise că apa are anumite proprietăţi, dar este pe punctul de a încălca aceste reguli la Marea Roşie.[45]

Răspunsul la această dilemă se găseşte într-un midraş care afirmă: „Atotputernicul a prevăzut [o precondiţie] pentru orice a fost creat în cele şase zile ale Genezei. [La începutul

Genezei, Atotputernicul a spus,] am poruncit mării să se desfacă... am poruncit soarelui şi lunii să stea nemişcate în faţa lui Iosua; am poruncit corbului să-l hrănească pe Ilie... am poruncit leilor să nu-l rănească pe Daniel, cerurilor să se deschidă pentru Ezechiel şi peştelui să-l regurgiteze pe Iona".[46] Totul s-a petrecut *înainte* de facerea lui Adam şi a Evei, ceea ce implică faptul că toate minunile sunt o parte necesară a destinului universului.[47]

În esenţă, înţelepţii au folosit această abordare pentru a răspunde la o problemă crucială; Există ordine în univers sau nu? Au decis că da. Deşi un miracol pare să modifice cursul ordonat al lucrurilor, el este înglobat în mecanismul Creaţiei. Potenţialul pentru miracole este o trăsătură definită a structurii atomice. Deşi avem un univers ordonat, acesta - în mod paradoxal - deţine potenţialul de a face lucruri extraordinare, pe care le considerăm miraculoase. Cunoscutul cabalist Nahmanide a adăugat o dimensiune mistică acestei concepţii. În replică la punctul de vedere exprimat de Maimonide că miracolele sunt folosite de Dumnezeu pentru a se revela maselor, Nahmanide susţine că un anume nivel al realităţii înlocuieşte natura, iar, în această realitate superioară, miraculosul este ceva obişnuit. Nahmanide susţine că miracolul nu este un eveniment singular, opus cursului normal al naturii[48] ci că miracolele sunt, mai curând, un proces continuu. Singurul motiv pentru care credem că minunile sunt contrare mersului obişnuit al naturii este faptul că nu avem un orizont destul de larg pentru a percepe aceste alte dimensiuni ale realităţii. Dacă l-am avea, am vedea că totul depinde de miracole.

O MARE DE MIRACOLE NECUNOSCUTE

Cabaliştii afirmă că tot ce facem activează o energie corespunzătoare în celelalte niveluri ale realităţii. Acţiunile, cuvintele sau gândurile creează reverberaţii în univers.

Universul se desfăşoară de la un moment la altul ca funcţie a tuturor variabilelor care au condus la momentul respectiv. Cunoscând acest sistem mistic, suntem atenţi la ceea ce facem. Spunem şi chiar gândim pentru că ştim că totul este în interdependenţă; ştim că un gest în aparenţă insignifiant poate avea consecinţe considerabile.

De exemplu, plecând de acasă pentru a vizita pe cineva, afectăm şi suntem afectaţi de tot ce ne înconjoară în mii de feluri, din momentul În care ieşim pe uşă până când ne reîntoarcem. Unde punem piciorul, oamenii pe care-i vedem, traficul în care participăm, impresiile pe care le creem - toate pot fi considerate fire ce se intersectează în marea tapiserie a vieţii.

Ce se întâmplă dacă sună telefonul exact când eram pe punctul de a pleca? Deplasarea noastră se amână cu câteva minute. Asta schimbă structura întregii tapiserii. Totul este altfel acum. Momentele sunt altele. Culoarea verde a semaforului este oarecum roşie; persoana căreia i-am fi zâmbit nu mai e pe stradă; furnica pe care nu am văzut-o e acum strivită.

În noua teorie ştiinţifică a haosului există un fenomen binecunoscut, numit „efectul fluturelui", în cadrul căruia aerul mişcat într-o parte a globului de aripile unei insecte poate constitui cauza generatoare a unui taifun care are loc mai târziu altundeva pe glob. Termenul tehnic este „dependenţă sensibilă de condiţii iniţiale".[49] Această teorie dă o dimensiune incredibilă vieţilor noastre. Ce repercusiuni are faptul că automobilul meu ar fi împins o anumită masă de aer, dacă nu aş fi fost întrerupt de un apel telefonic, şi o masă de aer complet diferită, dacă am fost întrerupt şi deci am plecat mai târziu? În ce fel sunt diferite reverberaţiile create în univers la diferenţa aceasta de câteva minute? În prima variantă, desfăşurarea lucrurilor ar fi condus la un taifun în viaţa mea, în timp ce în a doua variantă nu se întâmplă nimic?

Mai mult, ce-ar fi dacă apelul telefonic m-a făcut să nu mă aflu în momentul fatal într-un loc unde aş fi fost victima

unui groaznic accident, care m-ar fi schilodit sau omorât? Unui camion nu i-a funcţionat frâna şi a trecut pe roşu prin locul în care m-aş fi aflat eu, dacă nu suna telefonul. Să numesc asta un miracol? Şi totuşi, cum aş putea să ştiu că accidentul s-ar fi produs? Două minute mai târziu, totul pare normal. Evident, acesta ar fi un miracol „necunoscut".

În mistica iudaică, din momentul în care ne deschidem ochii şi vedem adevăratele dimensiuni ale Creaţiei şl cauzalităţii, ne pomenim cufundaţi într-o mare de miracole. Realizarea acestui lucru este uluitoare. În orice clipă, Creaţia s-ar putea desfăşura într-o manieră care ar putea fi dezastruoasă pentru noi; prin urmare, fiecare moment este încărcat de preaplinul darului vieţii. Într-adevăr, ca rezultat al acestei conştientizări, misticii iubesc intens viaţa şi se simt iubiţi de ea.

ÎNGERI ŞI DEMONI

Gravitaţia şi magnetismul i-au contrariat dintotdeauna pe oamenii de ştiinţă. Putem să le măsurăm, să aproximăm cum arată, ştim că se petrece ceva ce are forţă şi atracţie, dar ambele sunt invizibile şi chiar imperceptibile, dacă nu avem instrumente adecvate pentru a le detecta. Putem să ţinem mâinile lângă un magnet foarte puternic şi nu se întâmplă nimic. Dar, dacă avem o brăţară de fier la încheietura mâinii, aceasta ar putea fi atrasă cu atâta putere de magnet încât să nu ne mai putem îndepărta mâna.

În realitatea fizică, fiecare mişcare a noastră este dependentă de energia electromagnetică. În domeniul metafizic, în loc să-i spunem electromagnetică, numim această energie angelico-demonică. Fiecare mişcare pe care o facem este sprijinită. susţinută de un înger sau un demon. Mai mult, tot ceea ce facem creează noi îngeri şi demoni. În acest context, îngerii nu au personalitate şi nu sunt entităţi. Reprezintă linii de forţă, pachete de energie precum fotonii de lumină, nici unde nici particule, şi nu îi putem percepe decât prin rezultate. Magneţii metafizici asociaţi cu domeniul lui Dumnezeu se numesc îngeri, iar cei asociaţi cu domeniul satanic se numesc demoni.

Când mă lovesc la cap, am fost oare împins? Nu. Nimic în afară de mine nu m-a împins. Şi totuşi, m-am mişcat diferit faţă de cum fac de obicei, pentru că în mod normal nu mă lovesc la cap. A fost vorba oare de un mănunchi de energie maliţioasă? Nu. A fost un demon? Da. Cum procedează demonii? Un demon este o configuraţie de circumstanţe care se finalizează cu lovirea mea la cap. Un set de variabile combinate se numeşte demon atunci când are un rezultat inevitabil.

Totuşi, în orice punct de pe parcurs, una din variabile se poate schimba. Aş putea s-o iau la dreapta în loc s-o iau la stânga. Aşa că n-o să mă mai lovesc la cap. În acest caz, schimbarea mea de direcţie a fost produsă de un înger. Nu-mi dau seama de asta pur şi simplu pentru că nu m-am lovit la cap. Prin urmare, fiecare moment este plin de împrejurări care mă împing mai aproape de Dumnezeu şi de altele care mă trag mai departe de El. Oricare dintre ele, considerate individual sau colectiv, poate fi pusă în balanţă de bine/rău. Sunt permanent înconjurat de îngeri şi demoni.

ÎNGERII

Materialul de referinţă din mistica iudaică despre îngeri şi demoni este vast. Multe detalii sunt contradictorii. Mare parte din informaţii se bazează pe mitologia medievală, influenţată de idei dintr-o mare varietate de surse ce depăşesc cu mult graniţele literaturii tradiţionale.

Există zeci de arhangheli, inclusiv principalii patru, identificaţi de tradiţia orală ca fiind Mihael, Gabriel, Uriel şi Rafael. Pe lângă aceştia, există sute de îngeri menţionaţi cu numele lor în diferite texte mistice. Multe nume de îngeri încep cu atributele ce prezintă calităţile îngerului respectiv şi se termină în *el* sau *ea*, care sunt nume ale lui Dumnezeu. Dar natura îngerilor individuali nu este întotdeauna clară. *Gabriel* înseamnă „forţa lui Dumnezeu", dar *Gabriel* este numit şi Îngerul focului sau Îngerul războiului.[50] *Rafael* este în general cunoscut ca Îngerul tămăduirii; dar este numit şi Prinţ al lui Hades.[51] *Liliel* este Îngerul nopţii, dar *Lilit* - al cărei nume înseamnă tot „noapte" - este considerată arhidiavoliţă.[52] *Mihael* este Îngerul îndurării şi uneori Îngerul rugăciunii, dar *Sandalfon* este şi el cunoscut ca Înger al rugăciunii.

Tradiţia iudaică descrie relaţia dintre oameni şi îngeri ca pe una de ostilitate. Îngerii sunt invidioşi pe oameni pentru că noi, oamenii, avem posibilitatea de a opta liber, iar ei nu.

Midraşul spune că îngerii au pus în discuţie dacă oamenii să facă parte sau nu din Creaţie. Îngerul iubirii a fost de părere că ei au o idee bună să fie prezenţi şi oameni în Creaţie din cauza potenţialului lor de exprimare a iubirii; îngerul Adevărului s-a opus prezenţei oamenilor din cauza tendinţei acestora de a spune multe minciuni.[53] În timpul acestei dezbateri, Dumnezeu le-a prezentat exemple de oameni îngerilor, dar a inclus numai personaje tradiţionale din *Biblie*. Desigur că, dacă dintru început Dumnezeu le-ar fi arătat îngerilor adevărata natură a oamenilor, în loc să le arate pe cei mai drepţi şi remarcabili dintre aceştia, în cer ar fi fost un întreg scandal.[54]

Apoi, s-a revoltat Îngerul pământului şi nu a mai vrut să-i dea Arhanghelului Gabriel pământ pentru ca Dumnezeu să poată crea oamenii. El a protestat spunând că pământul va fi devastat şi năpăstuit din pricina nesăbuinţei oamenilor; a insistat ca Dumnezeu să-şi asume personal răspunderea şi să nu trimită un arhanghel drept mijlocitor.[55] Acest Midraş, vechi de mii de ani, relevă similitudini între grija formulată de învăţaţii antici şi preocupările ecologiştilor din ziua de azi. În Midraş se spune că Dumnezeu a trebuit să ia personal pământul pe care l-a folosit pentru crearea oamenilor şi nu să trimită un înger să i-l aducă - ceea ce sugerează o făgăduială oferită de Dumnezeu că pământul nu va fi distrus de ignoranţa umană.

Îngerul *Torei* l-a înfruntat pe Dumnezeu, spunând că zilele oamenilor vor fi pline de suferinţă şi că ar fi mult mai bine dacă oamenilor nu li se oferea dintru început posibilitatea de a exista.[56] În ceea ce priveşte acest argument, Dumnezeu a spus (a promis) că oamenii vor suporta totul şi vor rezista, în ciuda încercărilor şi necazurilor vieţii.

Dumnezeu le-a dezvăluit lui Adam şi Evei viitorul într-o carte pe care le-a dat-o în Grădina Edenului. Îngerul Raziel (Secretele lui Dumnezeu). Cartea conţinea cunoştinţe sacre: 72 de domenii de înţelepciune, care relevau alcătuirea a 670 de explicaţii ale unor mistere mai înalte. În mijlocul cărţii se afla o scriitură secretă ce tălmăcea 1.500 de principii

fundamentale ale universului, care nu erau dezvăluite nici măcar sfinţilor îngeri.

Când Adam şi Eva au căpătat cartea, toţi îngerii s-au adunat în jurul lor pentru a auzi ceea ce se citea din ea. În timpul lecturii, îngerii îi preamăreau pe Adam şl Eva ca şi când aceştia ar fi fost însuşi Dumnezeu, la care îngerul Hadraniel a fost trimis în secret la ei să le spună: „Adam şi Eva, nu dezvăluiţi măreţia Domnului pentru că numai vouă, şi nu îngerilor vi se oferă privilegiul de a cunoaşte aceste lucruri".[57] În consecinţă, Adam şi Eva au ţinut cartea în secret şi au aflat numai ei mistere ce erau necunoscute chiar şi pentru slujitorii cereşti.

Când Adam şi Eva au încălcat porunca Domnului în ceea ce priveşte Pomul Cunoaşterii, cartea a zburat de la ei. Adam a fost atât de necăjit că a intrat în apa râului Gihon (unul din râurile grădinii) până la gât şi a stat acolo până s-a încreţit pielea pe el şi s-a tras la faţă. (Nu ştim ce făcea Eva în acest timp). Atunci, Dumnezeu i-a făcut semn Arhanghelului Rafael să înapoieze cartea, pe care Adam a studiat-o apoi tot restul vieţii. A lăsat-o fiului său Set şi cartea a trecut aşa din generaţie în generaţie până la Abraham. Se află încă ascunsă pe undeva prin lume şi în ziua de azi pentru cei care ştiu cum s-o citească.

Îngerii au susţinut că oamenii vor constitui o mare responsabilitate în cadrul Creaţiei pentru că ei întotdeauna încurcă şi întinează lucrurile. Dacă aveau câştig de cauză, oamenii nu ar fi existat, iar universul şi-ar fi urmat cursul lin şi previzibil. Tocmai asta şi este esenţa problemei. Care ar fi fost sensul unui univers total previzibil?

Zoharul afirmă că îngerii au fost creaţi în momentul în care Dumnezeu a spus: „Să fie lumină! şi a fost lumină".[58] În ebraică sună ca o repetiţie; „Să fie lumină. şi să fie lumină."[59] Interpretarea mistică a pasajului este: „Să fie lumină (conştiinţă) pe partea dreaptă, partea binelui; şi să fie lumină (conştiinţă) pe partea stângă, partea întunericului". Interpretarea este susţinută de versetul următor, care spune: „Şi

a văzut Dumnezeu că lumina este bună [cea de pe partea dreaptă] şi a despărţit Dumnezeu lumina [din partea dreaptă] de întuneric [din partea stângă]".

Îngerii au fost creaţi în această primă zi pentru a avea existenţă permanentă de partea binelui. Rabi Eleazar spune că ei vor continua să strălucească întotdeauna la fel de tare ca-n prima zi.[60] Totuşi. există o controversă cu privire la Îngerul morţii. Midraşul susţine că şi Îngerul morţii (partea întunecată) a fost creat tot în prima zi.[61] *Zoharul* însă afirmă că moartea a fost creată a doua zi pentru că în Geneză se omit pentru această zi cuvintele „şi a văzut Dumnezeu că e bine", deşi sunt menţionate în toate celelalte zile ale Creaţiei.

Dăruirea *Torei* oamenilor este prezentată de tradiţia orală ca deosebit de periculoasă pentru îngeri întrucât furnizează informaţii şi nume secrete, care le dau oamenilor putere asupra domeniilor îngeresc şi demonic. Antagonismul îngerilor este relevat în atitudinea de împotrivire cu care a fost întâmpinat Moise când s-a dus să primească *Tora* de la Dumnezeu.

Rabi Eleazar scrie: „Când Moise a intrat în norul de pe Muntele Sinai[62], a fost întâmpinat de un înger important, pe nume Kamuel, care era şef peste douăsprezece mii de alţi îngeri. Kamuel s-a repezit sa se agaţe de Moise [pentru a-l doborî astfel]. Dar Moise a deschis gura [şi a rostit cele] douăsprezece semne (nume ale lui Dumnezeu), învăţate şi imprimate în mintea lui de Atotputernic la rugul [arzând].[63] [În consecinţă] îngerul s-a îndepărtat de el la o distanţă de douăsprezece mii de parasangi (672.000 km)".[64]

Moise şi-a continuat drumul prin nor, iar ochii îi ardeau ca jarul. Atunci, un alt înger, mai important ca primul, al cărui nume era Hadraniel (măreţia lui Dumnezeu), i-a ieşit în cale. Acest înger se situează deasupra tuturor celorlalţi îngeri şi făpturi celeste la o distanţă de 1.060 miriade de parasangi (38.000.000 km).[65] Vocea sa străpunge 200.000 de firmamente ce sunt înconjurate de un foc incandescent.

La vederea acestui înger, Moise a fost atât de înfricoşat încât nu a putut pronunţa nici unul dintre numele lui Dumnezeu şi a fugit să se arunce din nor. Dar Atotputernicul i-a spus: „Moise, ai vorbit cu mine despre tot felul de lucruri la rugul [aprins], unde ai dobândit cunoaşterea tainicelor mele nume sacre şi nu ţi-a fost teamă. Acum ţi-e teamă de ceva ce se află în stăpânirea mea?" Moise s-a simţit întărit de vocea Atotputernicului. A deschis gura şi a rostit numele suprem de şaptezeci şi două de litere al lui Dumnezeu.[66]

Când Hadraniel a auzit numele sfânt pronunţat de Moise, s-a apropiat de el şi i-a spus: „Lăudat fie distinsul Moise". Pentru Hadraniel a fost evident ceea ce ceilalţi îngeri reuşeau să vadă. Aşa că, s-a alăturat lui Moise şi au mers împreună până când au întâlnit un înger al cărui nume era Sandalfon. Acesta se situează deasupra celorlalţi îngeri la o distanţă de cinci sute de ani. El stă în spatele draperiei de lângă Domnul său şi împleteşte o coroană din cererile din rugăciuni. La un moment dat, această coroană se ridică singură şi trece pe lângă Tronul de Slavă pentru a se aşeza pe locul său (pe capul lui Dumnezeu), moment în care toate oştile cereşti se cutremură şi rostesc: „Binecuvântată este măreţia lui Dumnezeu în lăcaşul Său".[67]

Hadraniel i-a spus lui Moise: „Nu mai pot să vin cu tine de teamă că aş putea să mă ard în focul necruţător al lui Sandalfon." Moise a început atunci să tremure din toate mădularele. A trecut în fugă pe lângă Sandalfon şi a traversat Rigion - râul de foc care arde (purifică) îngerii ce se cufundă în el în fiecare dimineaţă pentru a ieşi apoi afară reînnoiţi. Râul se află sub Tronul de Slavă si este produs de năduşeala sfinţilor *haiot* (îngeri superiori), care se neliniştesc şi se agită din teama de Dumnezeu. În acel moment, Moise l-a întâlnit pe îngerul Galizur, căruia i se spune Raziel. şi acest înger stă în spatele draperiei, văzând şi auzind tot ce se întâmplă.[68]

Apoi, Moise a ajuns la îngerii înfricoşării, care înconjoară Tronul şi sunt cei mai puternici îngeri. Dar Dumnezeu i-a spus lui Moise să se ţină strâns de Tron şi nu i

se va întâmpla nimic rău. Astfel, Atotputernicul l-a adus pe Moise aproape de El şi l-a învăţat *Tora* timp de patruzeci de zile.[69]

Această descriere a călătoriei lui Moise în tărâmurile cele mai înalte ne face să constatăm că există niveluri peste niveluri de forţe angelice, fiecare din ce în ce mai fantastic în dimensiuni.[70] Se demonstrează totodată că Moise a avut capacitatea să treacă chiar şi de cel mai impozant înger, Sandalfon, să ajungă să stea şi să fie instruit direct de însuşi Dumnezeu. Sandalfon este considerat „fratele" lui Metatron, care este comandantul tuturor îngerilor. Metatron este asociat cu Enoh, iar Sandalfon cu Ilie. Ambii, Enoh şi Ilie, fac parte din grupul celor câţiva oameni care nu au murit niciodată.[71]

DEMONII

Demonii sunt omniprezenţi, dar nu sunt pomeniţi în literatură la fel de des ca îngerii. Conducătorul demonilor este Satan, care mai este numit Samael sau Belzebut[72], în vreme ce regele demonilor se numeşte Asmodeu.[73] Asmodeu este căsătorit cu Agrat şi ei sunt slujiţi de zeci de mii de alţi demoni.

Aşa cum sunt multe categorii de îngeri, există şi diferite tipuri de demoni. care cuprind *şedim* (diavoli), *se'irim* (demoni păroşi satiri), *mavet* (demoni ai morţii), *dever* (ai plăgilor şi molimelor) şi *azazel* (demonul căruia i se trimite un ţap în ritualul de Iom Kipur).[74]

Demonii sunt consideraţi a fi ceva între îngeri şi oameni. Au „aripi" precum îngerii şi se pot deplasa rapid, pot lua orice înfăţişare şi au capacitatea de a cunoaşte viitorul. Dar mănâncă, beau, se înmulţesc şi mor.[75] Pot avea relaţii sexuale cu oamenii, ca urmare a cărora se nasc noi demoni. Dar nu posedă trupuri materiale care fac umbră, aşa că împerecherea cu oamenii se petrece în vis sau prin alt fel de contact non fizic. Fiinţele umane nasc demonii prin imaginaţie.

Demonii pot fi învinşi de oameni. Regina demonilor, Agrat, l-a întâlnit odată pe rabi Hanina ben Dosa. Ea i-a mărturisit că singurul motiv pentru care nu-i face rău este acela că cerul i-a dat imunitate din cauza extraordinarei sale erudiţii. Asta a fost o greşeală din partea ei. Odată ce Hanina ben Dosa a ştiut că Agrat nu-l poate vătăma, a pus pe capul ei un blestem. A spus: „Dacă cerul ţine seama de mine, îţi poruncesc să nu mai treci niciodată prin regiunile populate".[76] Asta însemna, de fapt, scoaterea ei în afara propriei sale activităţi. De aceea, Agrat a început imediat să-l implore să nu facă asta, iar el s-a înduplecat şi i-a acordat libertatea să-şi facă treaba de demon în două nopţi pe săptămână: miercurea şi sâmbăta.

Talmudul consemnează un incident similar petrecut între Agrat şi învăţatul Abaie. (Se pare că Agrat nu se învăţase minte din prima sa experienţă de acest fel). De data aceasta însă, Abaie nu a cedat rugăminţilor ei, dar constatăm totuşi că demonii mai bântuie încă prin locurile înguste şi întunecoase puţin frecventate de oameni, precum ulicioarele dosnice sau fundăturile.[77]

În plus, dacă ştii cum să captezi puterea unui demon, acesta poate fi pus în situaţia de a-ţi sluji. Arhanghelul Mihael i-a dat regelui Solomon un inel fermecat, care-i dădea putere asupra tuturor demonilor. Regele Solomon a descoperit numele îngerilor care aveau influenţă asupra demonilor, pe care dorea să-i aibă sub controlul său. Folosind acest inel, el l-a capturat pe Asmodeu,[78] care l-a învăţat secretul *şamir*. Unii susţin că acesta era un vierme ce putea sparge piatra. Construcţia Templului lui Solomon depindea de posibilitatea spargerii pietrelor fără a se utiliza unelte de fier, întrucât folosirea metalului fusese interzisă de Dumnezeu.[79]

De îndată ce regele Solomon a dobândit controlul asupra *şamirului* a putut construi altarul de slăvire a lui Dumnezeu. Această informaţie i-a dat suficientă putere asupra demonilor încât să-i folosească la construirea Primului Templu[80]. Astfel, cel mai sfânt lăcaş din istoria iudaismului a avut o echipă de constructori demoni - ceea ce sugerează că

demonii nu sunt în mod necesar un rău. Dar esența acestei istorii este că, atunci când stăpânim forțele demonice, ele ne pot fi utile, putând fi folosite în scopuri bune. Pe de altă parte însă, atunci când forțele demonice pun ele stăpânire pe noi, ne pot face viața indezirabilă. Acest lucru este evidențiat în continuarea povestirii.

La un moment dat, Asmodeu l-a păcălit pe rege. Când Solomon l-a tachinat spunându-i că nu prea e cine știe ce de capul lui ca demon, dacă a putut fi capturat și pus în lanțuri de un muritor, Asmodeu a răspuns că ar fi fericit să-i demonstreze însemnătatea sa, dacă îi împrumută puțin inelul fermecat. Solomon a avut nesăbuința să i-l dea (dându-și astfel puterea), iar Asmodeu l-a azvârlit imediat la peste o mie de kilometri distanță de Ierusalim. Apoi, Asmodeu a aruncat inelul fermecat în mijlocul oceanului, pentru ca să nu mai poată fi folosit împotriva sa niciodată, a luat înfățișarea lui Solomon, prefăcându-se că el este regele.[81]

Solomon a rătăcit timp de trei ani ca cerșetor și, în cele din urmă, a obținut slujba de bucătar la curtea regelui Amon. Gătea excelent, astfel că, în curând a devenit bucătar șef. În acest fel a atras atenția fiicei regelui, Naamah. Ea s-a îndrăgostit de el și nu s-a lăsat înduplecată cu nici un chip de rege să renunțe la Solomon. Astfel că regele amoniților i-a trimis pe cei doi îndrăgostiți în deșert, unde se presupunea că vor muri de foame.

Cei doi au pribegit până când au ajuns la un oraș aflat pe malul unei mări. Au cerșit, astfel încât să facă rost de bani suficienți pentru a cumpăra un pește să mănânce. În burta peștelui. Naamah a găsit un inel. Bineînțeles că acesta era inelul fermecat al lui Solomon, așa că cei doi au fost imediat transportați la Ierusalim, unde l-au detronat pe Asmodeu care se dăduse drept regele Solomon vreme de trei ani.[82]

Povestea aceasta se referă la secretul modului de utilizare a puterii și este o pildă despre felul în care se înalță scânteile de divinitate pentru obținerea conștiinței mesianice. Unul din aspectele ascunse ale istoriei este faptul că mama lui

Asmodeu - în esență, mama demonilor - se numea tot Naamah. Astfel, povestirea relatează o serie de evenimente, în cursul cărora Naamah, soția lui Solomon, efectuează un *tikun*, o îndreptare, pentru a antrena și înălța scânteile de divinitate ale lui Naamah, mama demonilor. În acest proces, Naamah, soția lui Solomon, devine o matriarhă pe linia de descendență mesianică de la regele David, tatăl lui Solomon.

La fel cum demonii nu produc întotdeauna rezultate dezagreabile, nici îngerii nu sunt întotdeauna prezențe tocmai plăcute. Este foarte adevărat că mulți sunt cât se poate de oportuni, precum îngerii grației, vindecării, dreptății, iubirii, milosteniei, ai lunii, munților, paradisului, păcii, preamăririi, stelelor, pomilor, adevărului și apei. Dar există si îngeri ai confuziei, distrugerii, spaimei, focului, grindinei, insomniei, reptilelor, furtunilor. groazei și tunetului.[83] Aceștia sunt considerați îngeri și nu demoni numai când obiectivul lor este să ne aducă mai aproape de Dumnezeu.

De fapt, există îngeri pentru fiecare atom din univers. Fiecare fulg de nea este înconjurat de o multitudine de îngeri; deasupra fiecărui fir de iarbă se află un înger care-i spune: „Crești, crești".[84] Pentru fiecare caracteristică, sentiment, gând sau fenomen există îngeri identificați cu aceasta.

Toate caracterizările îngerilor și demonilor au menirea de a ne ajuta să precizăm calități pe care le regăsim în noi. Atunci când ne simțim mângâiați, iubiți. alinați sau răsfățați, se spune că îngerii noștri sunt blânzi și delicați, rafinați, plini de tact și de atenție. Când suntem neliniștiți, frustrați, îngrijorați sau nervoși, se spune că îngerii noștri sunt agresivi și băgăreți, critici, pretențioși, acuzatori și implacabili. Atunci când avem necazuri serioase și viața noastră pare pur și simplu că se destramă, avem demoni care sunt cruzi, răuvoitori, antipatici, odioși și haini.

Acest lucru nu trebuie interpretat drept însemnând că misticii consideră îngerii și demonii ca fiind ceva imaginar. Dimpotrivă. Ei sunt cât se poate de reali și se manifestă într-o infinitate de moduri. Dacă rezultatul a ceva este considerat

bun, îl numim o influenţă angelică. Dacă însă, îl îndepărtează pe om de Dumnezeu, deşi motivaţia iniţială era bine intenţionată, spunem că este vorba de o influenţă demonică.

Este important să înţelegem că intenţia în baza căreia se acţionează nu asigură şi rezultatele acţiunii. Intenţia trebuie dublată de conştiinţă şi cunoaştere. Cu cât suntem mai conştienţi de cea ce facem, cu atât mai mare este posibilitatea că va rezulta ceva bun din acţiunea noastră. Cu cât conştiinţa este mai tulbure, mai densă, deşi intenţiile pot fi bune, există un risc mai mare ca lucrurile să nu iasă chiar atât de bine până la urmă. Putem face ceva din bunătate sau milă pentru cineva fără să ne dăm seama că acţiunea respectivă ar putea aduce un mare necaz sau o mare durere în viaţa persoanei respective.

Am putea întreba: „Dacă intenţiile noastre nu reprezintă o asigurare că lucrurile vor ieşi bine, ce facem?" Răspunsul este că trebuie să ne conectăm la fluxul şi refluxul continuu al Creaţiei în permanentă desfăşurare prin intermediul practicilor de contemplaţie şi al activităţii spirituale care consolidează conştiinţa, aşa cum este arătat în diverse secţiuni ale acestei cărţi. şi trebuie să depunem toate eforturile pentru a atinge cel mai înalt nivel de conştiinţă, astfel încât acţiunile noastre să fie inspirate de ingredientele judecăţii şi înţelepciunii, augmentate de o mare doză de credinţă.

FLUXUL ŞI REFLUXUL FORŢELOR MISTICE

Misticii afirmă că energia curge în cicluri. Ciclurile de zi sunt în funcţie de rotaţia pământului, ciclurile lunare de lună, iar ciclurile anuale de poziţia relativă a soarelui şi stelelor. Lumina şi întunericul sunt legate de expansiune şi contracţie, de bunătate/milostenie şi reţinere. Cabaliştii aplică această mistică configuraţie cosmică la tot, inclusiv la energiile angelice şi demonice.

Conform practicii generale a iudaismului zilele încep şi se încheie la apusul soarelui. Cabaliştii se conformează acestei delimitări din punctul de vedere al legii iudaice, dar din perspectivă energetică, ciclul. cabalistic zilnic se scurge între zenitul miezului zilei şi nadirul miezului de noapte.

De la amiază până la miezul nopţii soarele pare să fie în regres, retrăgându-se înspre apus, ceea ce înseamnă că puterea bunătăţii şi milosteniei este în declin, slăbeşte. Când soarele atinge punctul său cel mai de jos, moment în care energia întunericului este la apogeu, îngerii acuzatori au cea mai mare putere. Cabaliştii spun că acest punct este cel mai întunecat moment al nopţii, când restricţia şi judecata, spiritul justiţiar, au puteri maxime. Dacă am fi abandonaţi în miezul de noapte mistic al Creaţiei, am dispărea pur şi simplu. Nu am putea supravieţui judecăţii. Astfel, în limbajul poetic al Cabalei, în exact momentul acesta, Dumnezeu „intră" în celesta Grădină a Edenului.[85] Cu alte cuvinte, exact în momentul în care universul fizic este în cel mai mare pericol, momentul cel mai întunecat al zilei, forţa de expansiune se materializează şi revitalizează centrul Creaţiei.

Desigur că misticii iudaici înţeleg că miezul nopţii dintr-o parte a lumii survine în alt moment decât în alte părţi ale lumii. Ei ştiu că Dumnezeu, ca să spunem aşa, îşi face continuu intrarea în grădină. Poate fi dificil să ne închipuim miezul nopţii ca o linie în continuă deplasare, dar din perspectiva lui Dumnezeind ca proces, imaginea este perfect valabilă. În punctul în care ne aflăm, iubirea şi bunătatea Divinităţii aduc lumina Sa în miezul nopţii noastre exact atunci când ne este necesară ca să putem supravieţui. Devenind însă obiectivi, ne dăm seama că în orice moment, undeva pe glob va fi miezul nopţii. Astfel, Dumnezeu intră perpetuu în grădină, aducând mereu lumina Sa miezului de noapte al tuturor, în toate momentele - un proces continuu.

Îngerii acţionează şi ei continuu, „îngerind". *Zoharul* spune că îngerii acuzatori se deplasează în lume în timpul orelor întunecate dinaintea miezului de noapte. În mod clar,

acest răstimp este relativ pentru observator. Din punct de vedere obiectiv însă, poate fi deja miezul nopții la peste o mie de kilometri către est (la o oră diferență), în care caz Dumnezeu a și intrat (acolo) în grădină, ceea ce, prin definiție, înseamnă că i-a pus pe îngerii acuzatori pe fugă.

Aceasta este o altă relație interactivă. Energiile angelice și demonice nu sunt independente și nu există autonom, ci fac parte din sistemul de flux și reflux universal. Cu cât înțelegem mai bine această fluctuație cosmică, cu atât ne lărgim orizontul de înțelegere și putem aprecia complexitatea procesului de inter-relaționare dintre Creator și Creație.

Un alt exemplu este afirmația din *Zohar* că toate creaturile celeste înalță imnuri de slavă Atotputernicului. Imediat la căderea nopții trei oștiri de îngeri se postează în trei părți ale universului. Peste aceste trei oștiri este un comandant, numit *haiah*, o forță angelică despre care se spune că este sprijinul Tronului Divin. Imnurile din timpul nopții continuă până la revărsatul zorilor. Apoi, oamenii preiau înălțarea imnurilor de slavă în timpul zilei prin rugăciunile lor, care au loc de trei ori pe zi. Astfel, cântările de laudă și proslăvire a lui Dumnezeu sunt asigurate de șase ori în douăzeci și patru de ore, de trei ori de către oameni în timpul zilei și de trei ori de către îngeri în timpul nopții.[86]

Cabaliștii sunt oameni care au umblat mult prin lume și își dau perfect de bine seama că, în momentul în care noi înălțăm imnurile noastre de slavă în rugăciunile de dimineață, oștile îngerești aflate nu departe sunt încă angajate în cântarea imnurilor lor nocturne. Astfel că, ideea cântărilor de slavă asigurate de șase ori în douăzeci și patru de ore se aplică numai în viziunea localizării cuiva într-un punct fix. Din punct de vedere obiectiv însă, rugăciunile și imnurile de slavă sunt continue zi și noapte. desfășurându-se în pas cu mișcarea de rotație a pământului. Procesul se aseamănă cu un caleidoscop în rotire continuă sau cu o floare ce-și deschide continuu petalele și este o minunată imagine pentru contemplație.

INVOCAREA ÎNGERILOR PENTRU VINDECARE

Nu demult am primit vesti de la o prietenă apropiată, al cărui fiu fusese victima unui accident insolit, fiind lovit în ceafă de o minge de golf. Procesul recuperatoriu nu se desfăşura cum trebuie, un chiag de sânge format în creier exercitând o presiune care putea să ducă fie la paralizie pe viaţă, fie la deces. Băiatul se afla de zece zile la terapie intensivă în semi-comă, când am vorbit pentru prima dată cu mama lui. Din motive necunoscute, starea lui nu se îmbunătăţise cu nimic în acest răstimp şi prognoza nu era deloc favorabilă. Opţiunea de urgenţă ar fi constat într-o intervenţie chirurgicală foarte riscantă, care implica posibilitatea producerii unor deteriorări ireversibile pe creier, ceea ce toată lumea dorea să evite.

În timpul discuţiei noastre, mama băiatului mi-a solicitat un exerciţiu practic de meditaţie/rugăciune şi i-am sugerat o meditaţie de tip arhanghel. În acest tip de meditaţie ne înconjurăm pe noi sau pe cineva drag nouă cu energie angelică, în scop de protejare şi vindecare. Curând după discuţie noastră, fiul ei a trebuit să fie pus într-o stare de comă produsă cu mijloace medicale, astfel încât să fie liniştit şi să nu simtă durerea, în speranţa că astfel va putea fi redusă inflamaţia de pe creier.

Prietena mea a început o serie de şedinţe de meditaţie şi rugăciune frecvente cu fiul ei, în pofida faptului că el era în comă. Subconştientul poate recepta îndrumările primite în timpul meditaţiei; în plus, sufletul este întotdeauna treaz. A continuat cu consecvenţă aceste şedinţe timp de mai multe zile. Şi, într-adevăr, când a fost scos din starea de comă, băiatul repeta cuvintele ce-i fuseseră transmise în timpul meditaţiei.

De atunci încolo, în fiecare etapă a tratamentului său, exact înainte de aplicarea unei decizii medicale presupunând o intervenţie majoră, starea pacientului se îmbunătăţea. Cu câteva ore înainte de a i se monta o drenă permanentă pentru

extragerea fluidelor cerebrale, presiunea din creier s-a stabilizat. Mulţumită medicinii moderne, băiatul este acum bine sănătos. Doctorii şi asistentele se bucură de binemeritatul credit pentru această minune. Dar mama şi tatăl băiatului, împreună cu mine, suntem convinşi că şi îngerii au avut o mare contribuţie la asta.

Meditaţia de tip arhanghel

În fiecare seară, rugăciunile iudaice tradiţionale rostite la culcare includ următoarea invocaţie: „Fie ca Mihael să-mi fie în dreapta, Gabriel la stânga, Uriel în faţă, Rafael în spate. Iar deasupra capului, *Şehina* - Prezenţa Divină!" Aceasta este una din meditaţiile preferate ale congregaţiei mele; acţionează cu succes în cazul adulţilor, ca şi al copiilor. Ca meditaţie, poate fi folosită pentru crearea unui simţământ de protecţie, mângâiere, tămăduire şi securitate. Este unul din puţinele exerciţii de meditaţie recomandate a se face la culcare.

Când invocăm îngerii să fie cu noi, ne alimentăm de la resursa infinită de bunăvoinţă. Este ca şi cum ne-am conecta la nucleul magnetic al pământului pentru a ne păstra poziţia centrată, centrul de greutate. Arhanghelii reprezintă centrul de Dumnezeire al universului; ei se alimentează continuu de la sursa Sa infinită. Singurele impedimente din calea conectării cu această energie sunt îndoiala şi cinismul. Dacă le putem recunoaşte imediat ce răsar în mintea noastră şi le putem găsi un ungher pitit, adecvat, în care să le păstrăm ca rezervă pentru momentele când sunt folositoare, putem beneficia neîntârziat de simţământul prezenţei angelice.

1. Încercaţi să găsiţi un loc liniştit, unde nu veţi fi tulburaţi timp de douăzeci-treizeci de minute, cum ar fi seara la culcare, în pat. Închideţi ochii, relaxaţi-vă corpul şi respiraţi normal. Concentraţi-vă atenţia asupra corpului şi mişcărilor pieptului şi abdomenului în respiraţie.

2. Imaginaţi-vă că simţiţi o prezenţa de-a lungul laturii drepte a corpului şi feţei. Poate fi ca o uşoară presiune, o gâdilitură, o vibraţie, o senzaţie de căldură, răcoare sau orice altă senzaţie. Dacă nu puteţi simţi nimic, imaginaţi-vă pur şi simplu că ceva se află alături, aproape atingându-vă pe partea dreaptă.

3. Daţi acestei experienţe de pe partea dreaptă numele de Mihael. Arhanghelul Mihael este deseori considerat mesagerul lui Dumnezeu. Orice înseamnă asta pentru dumneavoastră, închipuiţi-vă că mesagerul lui Dumnezeu este total prezent la dreapta. Trăiţi pentru un răstimp această experienţă.

4. Când vă simţiţi pregătiţi, imaginaţi-vă o a doua prezenţa pe partea stângă. Simţiţi presiunea ei, la fel ca şi pe cea din partea dreaptă. Acesta este Arhanghelul Gabriel, cunoscut ca reprezentând forţa lui Dumnezeu. Simţiţi ambele prezenţe simultan: mesagerul lui Dumnezeu în dreapta, forţa lui Dumnezeu în stânga. Savuraţi această trăire pentru un timp.

5. Acum simţiţi ceva în spate, oriunde pe partea dorsală a corpului, în poziţia în care ceva ce vă sprijină în poziţia în care sunteţi aşezat sau culcat. Imaginaţi-vă că este parte din ceea ce vă susţine. Acesta este Arhanghelul Rafael, cunoscut în general ca puterea tămăduitoare a lui Dumnezeu. Puteţi să vă imaginaţi în acest moment toate cele trei ipostaze simultan: Mihael - mesagerul - dreapta; Gabriel - forţa - în stânga; Rafael - tămăduitorul - sprijinindu-vă din spate.

6. Apoi, cu ochii tot închişi, imaginaţi-vă că în faţă, chiar lângă chipul dumneavoastră, străluceşte o lumină. Imaginaţi-vi-o cât de puternică puteţi. Acesta este Arhanghelul Uriel. lumina lui Dumnezeu. Acum sunteţi înconjurat din cele patru părţi: de mesager, forţă, tămăduire şi lumină.

7. Şi, în sfârşit, imaginaţi-vă un nor imens şi benefic de lumină plutind deasupra capului dumneavoastră. Aceasta este *Şehina*, prezenţa feminină a lui Dumnezeu. Lăsaţi lumina *Şehinei* să coboare încet, cufundându-vă în iubire, învăluindu-vă cu blajină protecţie, legănându-vă în cea mai

paşnică şi mai dulce stare de spirit de care aţi avut parte vreodată. Înconjurat de îngeri, sunteţi totodată în braţele infinitei bunătăţi, ale absolutei siguranţe şi securităţi.

8. Dacă sunteţi în pat, aceasta este modalitatea cea mai plăcută de a adormi. Dacă sunteţi aşezat, rămâneţi cât timp doriţi în această stare. Când însă doriţi să încheiaţi meditaţia, nu vă ridicaţi prea brusc. Este mult mai bine dacă puteţi să reversaţi procesul, permiţând întâi *Şehinei* să se ridice încet pentru a pluti deasupra capului dumneavoastră. Apoi să vă distanţaţi de îngeri, pe rând, asigurându-vă că nu se îndepărtează prea mult de dumneavoastră, dar că vă dau libertate de mişcare. Deşi ieşiţi din starea de meditaţie, veţi mai simţi probabil un timp un fel de rămăşiţă a acestei experienţe, un fel de efect prelungit, odată ce vă reluaţi activităţile. Puteţi să faceţi acest exerciţiu de meditaţie oricât de des doriţi. Nu există riscul de supraîncărcare cu energie angelică; aceasta este întotdeauna benefică. Majoritatea celor suferinzi ori bolnavi beneficiază enorm de pe urma acestei meditaţii sub îndrumare; o puteţi face la ei acasă sau la spital. Personal, am făcut asta şi la telefon. Dar asiguraţi-vă că persoana care meditează nu va fi întreruptă timp de cel puţin douăzeci de minute şi, ceea ce este cel mai important, trebuie mai întâi ca dumneavoastră înşivă să stăpâniţi foarte bine tehnica, înainte de a o oferi altora.

ÎNGERII ŞI SCARA LUI IACOB

Mai multe pasaje din *Tora* se referă la îngeri, unul din cele mai cunoscute fiind cel în legătură cu Iacob. La un moment dat, Iacob visează o scară ce ajunge de la pământ la cer.[87] Pe scară urcă şi coboară îngeri, iar sus stă Dumnezeu, vorbindu-i lui Iacob şi promiţându-i că-i dă pământul care-i în jurul lui. Mai târziu, Iacob se luptă cu un înger şi-l învinge. După aceea, primeşte numele de Israel.

Toate comentariile biblice încearcă să lămurească dificultăţile din textul original. În cazul acesta, problema care preocupă este de ce în *Tora* se spune că îngerii întâi urcă şi apoi coboară scara. Logic, pornind de la ideea că îngerii provin de altundeva decât de pe pământ, textul trebuia să spună că îngerii mai întâi coboară şi, după aceea, urcă. Astfel că această formulare necesită o lămurire.

Se ridică nişte probleme evidente: Întrucât îngerii nu merg, ci se mişcă în alte moduri, de ce ar avea ei nevoie de scări? În plus, de ce îi considerăm ca având aripi? În *Midraş* stă scris că unii îngeri au şase aripi, iar alţii douăsprezece[88]. Despre demoni se spune că au şase aripi[89]. Şi despre *Şehina*, prezenţa feminină a Divinităţii, se spune că are aripi. De ce? Nici una din aceste făpturi nu are nevoie de aripi pentru a se deplasa dintr-un loc într-altul. Ce reprezintă aripile?

Deşi în *Tora* aripile sunt folosite efectiv pentru zbor, sensul codificat al cuvântului „aripă" înseamnă „acoperământ, sub influenţa a ceva". După cum se spune în *Psalmi* 36:8: „Cât de minunată este iubirea ta, Dumnezeule! La umbra aripilor Tale găsesc fiii oamenilor adăpost". Când ne aflăm sub aripile *Şehinei* suntem înconjuraţi de lumină, bunătate şi milostenie. Când suntem sub aripile unui demon suntem înconjuraţi de întuneric. Aripile îngerilor ne înconjoară cu înţelepciune angelică.

Se spune că unui înger i se dă o însărcinare pe care trebuie s-o ducă la îndeplinire, numai una de fiecare dată; de obicei, aceasta constă din transmiterea unui mesaj. De exemplu, aflăm că fiecare fiinţă vie are un înger păzitor momentan care îi predă mesajul vital: Trăieşte! În momentul următor, apare un alt înger cu un mesaj identic. Ce se întâmplă cu prima energie angelică odată ce a predat mesajul? Nu mai are ce face. Singurul său obiectiv era să efectueze această acţiune. Vedeţi, imediat ce mesajul a fost predat, îngerul nu mai are aripi, ca să spunem aşa. El dispare.

Îngerii şi demonii sunt precum nişte sfere de energie spirituală într-un lichid efervescent în care clocotesc tot timpul

bule gazoase. Când o bulă se ridică la suprafață, dispare. Bula există datorită lichidului și nu prin sine însăși. Trebuie să fim însă atenți când vorbim de sfere de energie pentru că avem tendința să ni le imaginăm în termeni ce presupun delimitare, dar îngerii nu au delimitări fizice. Așa că, trebuie să încercăm să ne închipuim îngerii ca pe niște bule efemere, care există pretutindeni, uneori suprapunându-se sau întretăindu-se, neînconjurate de lichid și neavând nici măcar dimensionare.

Talmudul ne oferă un mod de a ne pune imaginația la contribuție în ceea ce privește energia angelică. În el se afirmă că lățimea scării lui Iacob trebuia să fie de 8.000 de parasangi, ceea ce echivalează aproximativ cu 32.000 km[90]. De ce? Pentru că formularea pasajului care descrie îngerii ce urcă și coboară sugerează că, în același timp, doi merg în sus, iar doi merg în jos. Folosind logica talmudică, scara trebuia să fie suficient de lată pentru ca pe ea să aibă loc de trecere patru îngeri în paralel!

Talmudul, oitează *Daniel* 10:6, în care se spune că îngerul pe care l-a văzut Daniel avea un trup ca de *Tarșiș*. În vreme ce unii traduc *Tarșiș* drept piatră prețioasă (crisolit), tâlcul ascuns este că aceasta este denumirea unei mări late de două mii de parasangi. Astfel, *Talmudul* conchide că, dacă fiecare înger este lat de două mii de parasangi, patru îngeri în rând înseamnă că scara lui Iacob era lată de opt mii de parasangi. Ceea ce este mai mult decât lățimea pământului.

O concepție similară se găsește în *Midraș Raba*, care spune explicit că mărimea unui înger este cât o treime din lume.[92] Conform acestei teze, patru îngeri alăturați ar avea „dimensiunea" de 1,1/3 lumi. În oricare dintre sistemele de măsuri însă, scara lui Iacob este cu mult mai lată decât lumea. Dacă este așa, pe ce se sprijină ea?

Evident, nu este vorba de vreun gen de scară pe care să-l poată concepe imaginația noastră și nici de o scară logică. De fapt, nu este deloc o scară, ci un simbol al conștiinței elevate. *Zoharul* spune clar acest lucru: „Scara lui Iacob i-a permis în mod simbolic acestuia să vadă toate nivelurile de

conştiinţă ca un întreg, toată conştiinţa împletită într-un singur tot. Fiecare latură a scării reprezintă o dimensiune: Abraham în dreapta (*hesed*/expansiunea) şi Isac în stânga (*ghevorah*/contracţia). Iacob la mijloc (*tiferet*/frumuseţea) este punctul culminant de echilibru şi armonie necesar pentru a putea sta pe treapta cea mai de sus, deasupra ambelor laturi. Acesta (Iacob) este considerat ca o finalizare, o totalizare şi o întregire, potenţialul pentru totalitatea conştiinţei în însumarea ei şi nu în părţile ei individuale distincte. Întreaga scară alcătuieşte un car sacru, (mijlocul prin care se ajunge la conştiinţa totală)".[93]

Fiecare treaptă a scării reprezintă un nivel de conştiinţă. Iacob este considerat în Cabala drept culme a perfecţiunii umane. mai presus decât oricare alt personaj biblic. El stă pe treapta cea mai de sus, a celei mai mari realizări posibile, susţinut de fiecare parte de pilonii bunătăţii/milosteniei şi justiţiei. Trebuie să ţinem seama de faptul că în terminologie cabalistică justiţia este o noţiune comparabilă cu ceea ce în alte culte se numeşte *karma*. Adică, justiţia cosmică este legea spirituală conform căreia fiecare acţiune, cuvânt sau gând reverberează în întregul Univers.

Vedem aici că îngerii sunt concentraţii de influenţă cosmică. Nu au dimensiuni, ca atare, dar reprezintă forţe ce elevează conştiinţa. Scara simbolizează drumul conştiinţei elevate, implicat de faptul că îngerii o urcă mai întâi, înainte de a o coborî.

Iacob „se luptă" cu un înger toată noaptea şi, după această transformare de conştiinţă, primeşte noul nume de Israel. Cuvântul „Israel" este format din două cuvinte în ebraică: *iaşar* şi *El*. *Iaşar* înseamnă „a merge drept"; *El* este unul din numele primordiale ale lui Dumnezeu. Astfel, Israel poate fi interpretat ca însemnând „ceea ce năzuieşte să meargă drept la Dumnezeu". În întreaga Creaţie este conţinut în mod implicit faptul că fiecare particulă de materie şi fiecare fiinţă cuprind în sine un aspect de Israel, o năzuinţă de a se reîntoarce la sursa sa. Ideea este întărită de concepţia că

numele de Israel nu este aplicabil îngerilor pentru că aceştia sunt deja etern conectaţi cu Dumnezeu.

Midraşul spune că atunci când îngerii au realizat că îl preamăresc pe Dumnezeul lui Israel, s-au întrebat cine îl reprezintă pe Israel? Când a apărut Adam, au întrebat: „El este cel pentru care eşti proclamat Dumnezeu?" Iar Dumnezeu a răspuns: „Nu, el este un hoţ, a furat fructul oprit"; Noe? „Nu, el bea prea mult". (Noe s-a îmbătat după potop). Abraham? „Nu, tatăl lui se închina la idoli". Isac? „Nu, îl iubeşte pe nevrednicul lui de fiu, Esau". Iacob? „Da. el este acela".[94]

Aşa că, Iacob reprezintă idealul, forţa din lăuntrul fiecăruia din noi care ne trage în permanenţă către Dumnezeu. Prin aceasta ne deosebim de făpturile cereşti. Îngerii nu au nevoie de această forţă pentru că nu-i trage nimic altceva în vreo altă direcţie. Îngerii sunt complet imersaţi în Dumnezeu; ei nu au libertate de voinţă, lucru care este adevărat şi pentru demoni.

Iacob reprezintă categoria superioară a umanităţii. Ceilalţi componenţi ai genului sunt împinşi şi atraşi de forţele angelice şi demonice. Iacob se luptă şi învinge. Aceasta este una din tezele spirituale cele mai importante ale *Torei*. În esenţă, ea afirmă că, de îndată ce recunoaştem cu claritate partea din noi care este conectată cu Dumnezeu, nu mai putem fi învinşi niciodată.

Exerciţiul cu îngerul păzitor

1. Găsiţi un loc liniştit unde nu veţi fi întrerupt timp de cel puţin treizeci de minute. Aşezaţi-vă confortabil şi concentraţi-vă mintea asupra momentului acestuia, pur şi simplu fiind prezent în acest moment. V-ar fi util să aveţi la îndemână un ceas deşteptător, pe care să-l fixaţi să vă sune peste treizeci de minute. La sfârşitul exerciţiului veţi avea poate nevoie să vă reorientaţi.

2. Imaginați-vă că undeva, foarte aproape, se află îngerul dumneavoastră păzitor. Poate avea orice formă doriți. Lăsați-vă imaginația liberă. Îngerul poate avea trup sau nu; poate avea formă sau poate fi doar un gând; poate vorbi, comunica prin telepatie sau poate utiliza alte forme neintelectuale de comunicare, pe care însă le veți înțelege. Atunci când reușiți să simțiți ceva aproape de dumneavoastră, observați cum vi se pare și descrieți-vă pentru dumneavoastră înșivă cum arată.

3. Încercați să comunicați cu acest înger păzitor. Dacă aveți dificultăți cu asta, prefaceți-vă că comunicați și examinați ce gânduri vă vin în minte. Faptul că simulați nu contează în cazul acestui exercițiu; putem afla câte ceva din scânteierile ascunse din fiecare gând. Prin urmare, oricum preferă îngerul păzitor să comunice, încercați să aflați următoarele:

a. Când a apărut el în viața dumneavoastră?
b. Ce face pentru dumneavoastră în prezent?
c. Cât de des este în preajma dumneavoastră?
d. Cum s-a născut?
e. Cum se nutrește?
f. Cum ia decizii?
g. Ce poate face pentru dumneavoastră în viitor?

4. Acum spuneți-i:

a. Ce poți să-mi relatezi despre moarte?
b. Descrie-mi iadul!
c. Descrie-mi raiul!
d. Vei rămâne cu mine după ce mor?
e. Mă voi vedea cu rude sau prieteni care au murit deja?

5. În cele din urmă, spuneți-i: „Te rog, fă-mă să trăiesc acum timp de câteva minute experiența tărâmului ceresc de după viață. Doar pentru un foarte scurt răstimp, lasă-mă să trăiesc experiența raiului, a întâlnirii cu cei dispăruți dragi mie, cu forțele îngerești sau cu Tronul lui Dumnezeu. Arată-mi cum sunt toate acestea!

Relaxaţi-vă complet şi lăsaţi-vă purtat în sferele superioare ale tărâmului din înalturi. (Veţi fi mai relaxat dacă aţi avut grijă să fixaţi deşteptătorul să vă sune peste treizeci de minute).

6. La întoarcerea din călătoria sufletească, nu uitaţi să vă reconectaţi cu îngerul dumneavoastră păzitor şi să vă declaraţi dorinţa de a mai avea şi alte conversaţii în viitor. Vedeţi dacă este dispus să facă asta. Apoi, întoarceţi-vă la simţământul prezenţei trupului dumneavoastră, respiraţi adânc de câteva ori şi, în final, deschideţi ochii.

Atunci când putem să stabilim o relaţie cu o forţă angelică personală, dobândim acces la tărâmurile îngereşti, care sunt realităţi ce o transced pe cea în care trăim. Odată ce ştim cum să intrăm în această stare de spirit, începem să ne modificăm cu încetul simţul identităţii individuale şi al timpului. De exemplu, experienţa noastră de explorare a tărâmurilor cereşti - în special prin contactul cu cei dragi plecaţi dintre noi - deschide rapid noi posibilităţi de acceptie a ceea ce înseamnă viaţă eternă.

Folosind tehnici ca această vizualizare, perspectiva noastră obişnuită asupra realităţii se poate modifica radical. Putem deveni mai apropiaţi, mai pe aceeaşi lungime de undă cu aspectele subtile ale Creaţiei. Unii oameni trăiesc această experienţă prin contactul direct cu creaturi invizibile ca zâne, gnomi sau spiriduşi. Alţii devin sensibili la mesajele aproape insesizabile ale naturii care ne previn asupra unor aspecte mai profunde ale sale. Iar unii sesizează nuanţe în viaţa de zi cu zi ce relevă sensurile ascunse ale unor evenimente - la prima vedere, cât se poate de obişnuite. Acestea sunt fenomene mistice. Cunoaşterea lor poate fi stimulată de orice exerciţiu spiritual care ne face mai receptivi faţă de posibilităţile oferite de experienţele ce transcend judecata raţională.

BINELE ŞI RĂUL

Rabi Zalman Schachter-Shalomi se auto-intitulează „ultimul mohican". După dispariţia lui Shlomo, Zalman este ultima punte de legătură dintre vechea tradiţie şi iudaismul modern post-Holocaust, care preferă să acorde o atenţie egală orientării către viitor şi respectului pentru trecut. I se mai spune şi rebe cibernetic. Este foarte expert în folosirea computerului, iar planurile sale de viitor includ tehnologii ce aşteaptă încă să fie create.

Dar este totuşi un rabin de tip vechi, un tezaur de povestiri şi anecdote hasidice care-ţi merg la inimă. Ţine prelegeri în mai multe limbi şi chiar engleza lui este multidimensională. Ideile sale pătrunzătoare şi originale reprezintă o continuă sursă de inspiraţie şi sunt stimulatoare pentru cei ce-l ascultă.

Îmi amintesc de o povestire deosebit de elocventă, ce mi-a relevat un nou mod de a înţelege problemele dificile şi complexe legate de noţiunile de bine şi rău.

- Dragi prieteni -a spus el - mi s-au pus recent întrebări în legătură cu noţiunea de rău. Există rău în lume? Dacă da, cum poate acesta exista dacă Dumnezeu este atotputernic şi, prin esenţă, în totalitate bun. După cum mulţi dintre voi ştiu, această chestiune constituie de mii de ani o dilemă. Aşa că, permiteţi-mi să vă relatez o istorioară.

Zalman a închis ochii şi a început să se legene înainte şi înapoi. Înaintând în vârstă, el si-a asumat rolul de *zaide* spiritual, un fel de bunic pentru zecile de rabi şi miile de învăţăcei. Mângâindu-şi barba, a început a povesti:

- Când Baal Şem Tov avea numai cinci ani, tatăl său, Eliezer, s-a îmbolnăvit grav. În ultima sa zi de viaţă, l-a chemat pe micul Israel la el şi i-a spus: „Fiule, să ţii minte că Cel Rău va fi întotdeauna in preajma ta, dar indiferent ce se

întâmplă, sufletul din tine este pur şi întreg. Necuratul nu-l poate nici întina şi nici nu poate pătrunde în el; sufletul tău îi aparţine lui Dumnezeu. Să nu te temi de nici un om şi să nu ai teamă de Cel Rău pentru că Dumnezeu este întotdeauna cu tine!". Apoi, Eliezer, tatăl lui Baal Şem Tov, a murit.

Mama lui Israel murise la scurt timp după naşterea acestuia, atunci când a fost circumcis. Întrucât Israel era orfan de ambii părinţi, l-au crescut oamenii din sat. Nu prea era silitor la învăţătură şi, la şcoală, visa mereu cu ochii pe fereastra clasei. De fapt, nu petrecea prea mult timp în clasă pentru că mai toată vremea şi-o petrecea rătăcind prin pădure, mâncând rădăcini şi poame şi cântând împreună cu păsările.

Viaţa aceasta în mijlocul naturii a fost şcoala sa primară. Observa furnicile, dormea pe muşchi, vorbea cu animalele şi - cel mai mult - stătea şi asculta la ceea ce se petrece în jurul său. Asculta vântul, trosnetul crengilor, foşnetul frunzelor. În tăcere, putea auzi lucruri pe care alţii puteau doar să şi le imagineze: păianjeni ţesându-si pânza, cărăbuşi respirând, plantele crescând. În felul acesta a învăţat limbajul naturii.

La vârsta de zece ani, Israel a devenit ajutorul învăţătorului din satul Horodenka. Îndatorirea lui era de a-i conduce pe copiii mai mici la şcoală, în fiecare dimineaţa, şi înapoi acasă, după-amiaza. Avea o manieră extraordinară de a se purta cu copiii şi, curând, aceştia au devenit radioşi. Deseori întârziau să ajungă la şcoală sau acasă, dar asta nu-i deranja pe părinţi întrucât copiii erau atât de veseli şi bucuroşi; erau îmbujoraţi de atâta râs şi cântau într-una. Adulţii erau mulţumiţi că copiii lor sunt atât de bine dispuşi.

Numai copiii ştiau însă că Israel îi ducea la şcoală şi de la şcoală pe o cale ocolită. În loc s-o ia pe drum, aşa cum ar fi făcut majoritatea oamenilor, o luau prin pădure şi peste câmpuri. Fluierau împreună cu păsările şi chemau veveriţele. Dar, cel mai mult cântau imnuri către Dumnezeu, pe care le învăţaseră de la Israel.

Copiii mergeau prin pădure cu tânărul Israel, fiul lui Eliezer, intonând cântece minunate. Si, la fel ca noi, se simţeau purtaţi în culmea bucuriei!

Culmea bucuriei, într-adevăr. Cântecele lor erau atât de pline de neprihănită iubire încât străpungeau barierele care străjuiesc în faţa tărâmurilor cereşti. Curând, aceste cântece au început să umple palatele Divinităţii şi s-a stârnit un zvon că ar fi sosit vremurile mesianice. Când Satan. Necuratul, a auzit zvonul, a venit imediat la curtea cerească şi, cu o vehemenţă care a produs un groaznic bubuit de tunet, a strigat: „Cineva de pe pământ se amestecă unde nu-i fierbe oala şi trebuie oprit".

Profetul Ilie, care avea îndatorirea să anunţe era mesianică, a ieşit în faţă şi a spus: „Dar sunt doar nişte copii". În realitate însă, nici el însuşi nu era foarte sigur. Era prima dată când lumea se apropiase atât de mult de condiţiile premergătoare momentului mesianic. Exista posibilitatea ca bucuria inocentă a copiilor chiar să vestească, în realitate, sosirea erei mesianice.

Satan s-a încruntat furios la Ilie şi i-a cerut cu voce tunătoare lui Dumnezeu: (Zalman a răcnit) „Lasă-mă să-i pun la încercare pe aceşti copii!"

Dumnezeu a acceptat: (Zalman a rostit pe un ton blând) „Du-te şi pune-i la încercare!"

Aşa că, Satan a venit pe pământ şi a început să caute ceva sau pe cineva care să înfăptuiască lucrarea sa. După cum ştie toată lumea, Necuratul poate să instige, să provoace lucrurile, dar faptele ca atare trebuie săvârşite de fiinţe.

Satan a trecut în revistă întreaga lume a insectelor, căutând una care ar fi fost dispusă să transmită otrava lui în sângele băiatului numit Israel. Dar nici una nu a vrut. A căutat printre toate animalele unul care să-l atace pe Israel. Dar băiatul cunoştea limbajul naturii şi toate animalele au refuzat. Nu exista nici o fiinţă care să dorească să coopereze cu Cel Rău pentru a-i face rău băiatului.

În cele din urmă, Satan a găsit un om, un bătrân cărbunar. Acesta era de o speţă foarte rară pentru că se născuse

fără suflet. Corpul lui funcţiona ca un corp normal. Dar nu avea nici un fel de sentimente. Nu putea deosebi binele de rău. Nu putea trăi printre oameni. Chiar mama lui îl abandonase imediat după naştere în pădure pentru că, instinctiv, îşi dăduse seama că e mai mult animal decât om. Fusese alăptat de o ursoaică şi învăţase să supravieţuiască mâncând furnici şi larve.

Dar inteligenţa sa era superioară unui animal şi, spionându-i pe oamenii care poposeau prin pădure, a aflat ce-i acela foc şi, de aici, cum să facă mangal. Fusese zărit de numeroase ori, dar înfăţişarea lui spectrală şi faptul că scotea nişte sunete ciudate i-au făcut pe oameni să evite contactul cu el. Le era însă milă de această fiinţă. Cei care aveau nevoie de mangal, luau cât aveau nevoie şi, în schimb, lăsau la locul respectiv de-ale mâncării şi băutură. De regulă, când veneau oamenii să ia mangal, cărbunarul se ascundea. În felul acesta. el nu a dat ochii cu nici un om în întreaga sa viaţă.

Era creatura ideală pentru scopurile Necuratului, una ce nu se putea opune planurilor sale diabolice. Chiar înainte de asta, Satan trimisese o forţă demonică pentru a se manifesta prin intermediul trupului cărbunarului. În nopţile cu lună plină, pateticei brute îi apărea blană pe corp. Apoi, aşezat în patru labe, bătrânul urla la lună. Oamenii vorbeau despre, un vârcolac ciudat, pripăşit în pădure, dar n-au avut curajul să cerceteze în fapt care era adevărul.

Dar Satan avea de această dată un plan mult mai perfid decât să dea pur şi simplu drumul în lume la un vârcolac. Când l-a găsit pe cărbunar dormind, i-a băgat mâna în trup şi i-a scos inima. Apoi a luat o bucată din propria lui inimă, inima răului, nucleul celui mai întunecat vid, şi a pus această inimă neagră în locul gol rămas în pieptul creaturii

În dimineaţa următoare, Israel i-a dus pe copiii care cântau peste câmpuri, către şirul de copaci ce marcau liziera pădurii. Pe când se apropiau, deodată, din pădurea umbroasă a ieşit o făptură imensă şi întunecată, mârâind şi scuipând ameninţător. Ochii roşii îi scânteiau; pe nări îi ieşeau dâre de

fum portocaliu, răsucindu-se în aerul dimineţii. Ridicat pe picioarele dinapoi, monstrul era cât un copac de înalt, avea şase metri. Dacă-şi întindea braţele, putea uşor cuprinde un atelaj cu cai cu tot. Dar cel mai înfricoşător era urletul său, ceva între scheunat şi muget.

La vederea arătării, copiii - care au leşinat de spaimă, care au fugit ca din puşcă. S-au răspândit în toate direcţiile, cu excepţia celor care zăceau grămadă la pământ, în spatele lui Israel. El a fost singurul care a rămas pe loc, înfruntând nemişcat monstrul. După un timp, imensul vârcolac s-a dus înapoi în pădure şi s-a reinstaurat liniştea.

Fiecare copil pe care-l readucea în simţiri Israel ţipa când îşi revenea şi fugea apoi de-i sfârâiau călcâiele direct acasă. Curând Israel a rămas singur la liziera pădurii.

Părinţii copiilor s-au supărat pe Israel pentru că i-a dus pe copii prin pădure. Toată lumea ştia că acolo sălăşluieşte un vârcolac, deşi erau de părere că, în descrierile lor, copiii exagerau dimensiunea lui. Însă fusese o nesăbuinţă din partea lui Israel să-i ducă în zona împădurită. Nu ştiau ei că nu exagerau deloc copiii.

Israel le-a spus adulţilor că nu aveau de ce să-şi facă griji. De fapt, nimeni nu păţise nimic. Copiii se speriaseră, asta-i tot. I-a asigurat că, a doua zi aceştia îşi vor fi depăşit spaima şi că totul avea să fie bine. În cele din urmă, părinţii au fost de acord cu Israel şi i-au spus că a doua zi putea din nou să-i conducă pe copii.

A doua zi dimineaţă, copiii s-au îngrămădit unul într-altul când s-au apropiat de liziera pădurii. şi desigur, în acelaşi loc ca în ziua precedentă, şi-a făcut din nou apariţia fioroasa creatură, urlând şi mârâind. Israel le-a spus copiilor să stea liniştiţi pe loc sau să se întindă în iarbă şi să-şi pună palmele pe faţă, dacă era nevoie. Căci de creatură se va ocupa el.

Reb Zalman a rămas în acest moment nemişcat. Avea ochii închişi, iar legănatul îi era mai imperceptibil ca înainte. Părea că se afla el însuşi în faţa creaturii. Noi eram copiii; el

era războinicul ce înfrunta necunoscutul. Aşteptam. Nimeni nu mişca. Încet, şi-a reluat istorisirea.

- Israel a înaintat singur, plasându-se direct între copii şi vârcolac. Pe măsură ce se apropia mai mult de fiară, aceasta era mai mare şi mai mare, până când a devenit ca un fel de nor negru ce l-a învăluit. Îi era, bineînţeles. frică, dar cuvintele tatălui său, rostite pe patul de moarte, i se tot repetau în minte: „Să nu ai teamă de Cel Rău pentru că Dumnezeu este întotdeauna cu tine!".

A continuat să înainteze. Vârcolacul nu se mişca. Mai aproape şi mai aproape. A ajuns faţă-n faţă cu el. Atunci, norul cel negru s-a coborât şi Israel s-a pomenit înăuntrul demonului. În umbra întunecată, i-a văzut inima lucioasă şi neagră - inima întunericului. A întins mâinile, a luat-o şi a păşit înapoi. Era din nou în afara trupului creaturii.

Inima se zbătea şi pulsa în mâinile lui, Era alunecoasă şi respingătoare, dar Israel o ţinea strâns. În acest moment, tânărul Israel avea în puterea sa posibilitatea de a distruge inima răului. Dacă făcea acest lucru, lumea avea să nu mai fie niciodată aceeaşi.

Dar, a observat o picătură de sânge ce se prelingea pe o parte a inimii şi asta l-a impresionat până în adâncul sufletului. Vedea că inima se chinuie; era în agonie. şi ea simţea imensa durere a despărţirii, ca oricine altcineva de pe pământ. Pentru că, chiar inima răului are în ea o scânteie de divinitate şi aceasta năzuieşte să fie returnată la sursa ei.

Astfel că, tânărul Israel a fost cuprins de o mare compasiune, neavând altă opţiune decât să dea drumul inimii. A pus-o jos, pe pământ. În acel moment pământul s-a despicat şi a înghiţit inima în adâncul său.

A doua zi, sătenii au găsit trupul neînsufleţit al cărbunarului. Se spune că avea o expresie de pace pe faţa lui chinuită. Se mai spune că niciodată după aceea copiii n-au mai fost la fel de veseli şi bine dispuşi ca înainte, pentru că inima întunericului a continuat să lucreze. Teama pe care a lăsat-o în urma ei era acum în copii, influenţând acţiunile, sentimentele

şi gândurile lor. Acum nu mai erau copiii inocenţi dinainte, ci erau mai mult asemenea părinţilor lor.

Am rămas tăcuţi preţ de mai multe minute, reflectând la ceea ce am face noi, dacă am avea ocazia să distrugem inima răului. Ce fel de lume ar fi aceea fără rău? Reb Zalman se legăna de la stânga la dreapta. Apoi, a spus:

- Vedeţi, prieteni, deşi la început povestirea pare tristă, poate că era mai bine ca Israel să fi nimicit inima - este totuşi o istorie de un mare optimism. Pentru că ne învaţă ceva foarte important. Morala este că însăşi inima lui Satan are o scânteie de divinitate; chiar şi inima răului năzuieşte să fie reabilitată, mântuită.

Acest lucru este important pentru că ne învaţă că îndatorirea noastră nu este să pornim o luptă de eradicare a răului, ci să căutăm şi să descoperim scânteia lui de sacralitate. Îndatorirea noastră nu este de a distruge, ci de a construi; nu de a urî, ci de a găsi un punct flexibil, care poate ceda; nu de a polariza extremele, ci de a găsi punctele comune, astfel încât să putem conlucra. Însuşiţi-vă această morală, dragi prieteni, vă va prinde bine!

VIZIUNEA MISTICĂ ASUPRA BINELUI ŞI RĂULUI

Universul poate fi privit ca un magnet metafizic, cu un pol numit bine şi celălalt numit rău. Binele este reprezentat de Dumnezeu, iar răul de Satan. Cu cât ne angajăm mai mult în anumite activităţi, cu atât suntem atraşi mai aproape de Dumnezeu. Desigur, contrariul este la fel de valabil.

Este important să ţinem minte că ne referim aici la Dumnezeu şi nu la *En Sof*. *En Sof* este dincolo de bine şi de rău; nu trebuie să-i atribuim caracteristica de „bunătate". Făcând asta, excludem răul, însemnând că *En Sof* este deficient, incomplet, ceea ce nu este adevărat. Desigur că ar fi la fel de nesăbuit să-l numim rău, cât şi să-l numim bun.

Simplu spus, *En Sof* cuprinde totul, inclusiv totalitatea binelui şi răului.

În realitatea noastră, în termenii cei mai simpli, spunem că bine înseamnă orice ne aduce mai aproape de Dumnezeu, iar rău este orice ne îndepărtează de El. Când o pilitură de fier cade pe o hârtie ce are dedesubt un magnet, mai multe variabile determină dacă aceasta va fi atrasă către polul pozitiv sau către cel negativ. Cât de aproape cade aceasta de polul respectiv? Cât de puternic este magnetul? Cât de multă fricţiune (rezistenţă) opune suprafaţa hârtiei? Care sunt forma şi fineţea piliturii ca atare?

Putem pune acelaşi fel de întrebări în legătură cu noi înşine. Cât de aproape de Dumnezeu ne simţim? Cât de puternică este influenţa conştiinţei de Dumnezeu în viaţa noastră? Cât de uşor ne este să conştientizăm prezenţa lui Dumnezeu? Cât de mult timp ne acordăm pentru a explora sensurile mai profunde ale vieţii? În ce măsură ne influenţează modul de comportare obişnuit, care face din vieţile noastre un proces de rutină inconştientă? Răspunzând la aceste întrebări, ne dăm seama cât de conectaţi vom fi la magnetul binelui.

Reţineţi că pilitura de fier, în sine, nu este nici pozitivă, nici negativă, înainte de a fi magnetizată. Ca natură, nici noi nu suntem nici buni, nici răi. Suntem pur şi simplu produsul influenţelor acumulate pe parcursul vieţilor noastre, plus cea mai importantă variabilă: liberul nostru arbitru. Putem să ne plasăm mai aproape sau mai departe de lucruri, cum dorim. Dar aceste opţiuni vor influenţa, desigur, ceea ce devenim.

Nimic nu este niciodată staţionar pentru că forţele din univers atrag şi împing în permanenţă. Conştiinţa elevată, lumina Divinităţii, este o puternică sursă de atracţie. Dar este contrabalansată de o forţă opusă de mare influenţă. Unii denumesc această forţă contrară „înclinaţia către rău" (*ieţer hara*).

La fiinţele umane înclinaţia pentru rău are la dispoziţie un întreg arsenal de manifestări, cuprinzând - fără să se

limiteze însă numai la acestea - senzualitatea, lăcomia, avariția, pofta de putere, poziție socială și celebritate, setea de bogăție, popularitate și acaparare, dorința de a fi isteț și abil, de a avea talent sau putere. Nici una din aceste tendințe nu este prin sine însăși rea, dar fiecare deține potențialul de seducție care ne poate cufunda mai adânc în structurile egocentrice, îndepărtându-ne de conectarea cu Divinitatea.

Tensiunea constantă dintre forțele opuse este o lege universală. În magnetism se cheamă pozitiv și negativ; în spațiu, sus și jos, dreapta și stânga, în față și în spate. În Orient, principiul se numește yin și yang. În Cabala poartă denumirea de *ghevurot* (forțe restrictive) și *hasidim* (forțe de expansiune).

Tensiunea dinamică dintre *gevurot* și *chasidim* apare în permanență în motivele biblice majore: Adam și Eva, Cain și Abel, Abraham si nepotul său Lot, Sara și Hagar, Ismael și Isaac, Lot și fiicele sale, Esau și Iacob. Iosif și frații săi și așa mai departe. În fiecare caz, Cabala vede o relație universală în care unul reprezintă mai mult latura de restricție, iar celălalt latura de expansiune. Această tragere și împingere cosmică este natura de esență a Creației și principiul pe care se bazează binele și răul.

PURIM: NICI O DIFERENȚĂ ÎNTRE BINE ȘI RĂU

Purimul este o sărbătoare derivată din *Cartea Esterei*, care celebrează miracolul supraviețuirii evreilor când Haman cel ticălos a încercat să-i extermine. În cercurile religioase, Haman este deseori asemuit cu Hitler, iar unii îndrumători spirituali afirmă că în *Cartea Esterei* se pot găsi paralele cu cel de-al treilea Reich.

Purimul este considerat de cabaliști drept o sărbătoare extrem de semnificativă, dar caracterul ei religios este mai estompat pentru că apropierea lui Dumnezeu nu este atât de evidentă în această zi. De Pesah de exemplu, Dumnezeu este

prezent, producând minuni pentru a-i duce pe israeliţi către noi teritorii. De Roş Haşana şi de Iom Kipur, ideea de a fi judecat pentru anul care urmează face ca prezenţa Divinităţii să fie aproape palpabilă. La fel de Şavuot, cu Dumnezeu pe Muntele Sinai, dăruind *Tora*, şi de Sucot, în care protecţia lui Dumnezeu este tema dominantă. Dar este binecunoscut faptul că Dumnezeu nu este menţionat deloc în *Cartea Esterei*.

Sărbătoarea Purimului este veselă şi colorată. Mulţi se costumează; absurditatea este tema zilei. Cu cât o afirmaţie este mai ridicolă, cu atât este mai în consens cu spiritul de Purim. Ziare majore din Israel tipăresc în această zi titluri precum: „Parlamentul scos din activitate" sau „Impozitele au fost abrogate" ori „Monstru marin reperat în Marea Moartă". În sinagogile de pretutindeni rugăciunile se intonează pe melodii stranii, iar *Cartea Esterei* se citeşte cu intonaţii şi inflexiuni insinuante, care, deseori stârnesc reacţii zgomotoase ale auditoriului. La Ierusalim, în timpul Purimului, obişnuiam să merg de la o congregaţie la alta pentru a savura efectul lecturii textului de către diferite persoane. Unii dintre cei mai demni rabi trec de la Jekyll la Hyde în această zi. Într-una din sinagogile mele preferate, un candelabru uriaş a fost smuls din plafon de un foarte respectabil îndrumător de Cabala, care a decis să se legene agăţat de el în mijlocul lecturii *meghilah*.

Purimul şi Simhat Tora, sărbătoarea de după Sucot - când reîncepe ciclul lecturilor din *Tora* - sunt printre rarele ocazii când se pot vedea oameni ameţiţi de băutură pe străzile Ierusalimului. Festivităţile de Purim se bazează pe preceptul tradiţional că trebuie să ajungem într-o stare de spirit în care să nu mai putem face deosebirea între eroul întâmplării, Mordehai, şi arhiticălosul Haman.

Ideea de a ne îmbăta de Purim este o afirmaţie talmudică aparţinând lui Rava, conform căreia avem „obligaţia" să ne umplem cu miresmele Purimului (Rava nu menţionează vinul sau alcoolul) până când nu mai putem face deosebire între expresiile „blestemat fie Haman" şi „binecuvântat fie Mordehai".[95] Cabaliştii evidenţiază faptul că

cuvintele din „binecuvântat fie Mordehai (*baruh Mordehai*)" au în ghematrie valoarea de 502, care este egală cu valoarea cuvintelor din „blestemat fie Haman (*arur Haman*)".[96]

Astfel, pentru misticii iudaici cuvintele indică prin ele însele că arhetipul binelui. reprezentat de Mordehai. şi cel al răului, reprezentat de Haman, sugerează o implicită relaţionare între ele, deoarece au aceeaşi valoare numerică. Conceptul mistic este susţinut de faptul că cuvântul pentru şarpe (*nahaş*), care reprezintă întruchiparea răului din Grădina Edenului, şi cuvântul pentru mesia (*mesiah*) au, de asemenea, valori identice în ghematrie.[97]

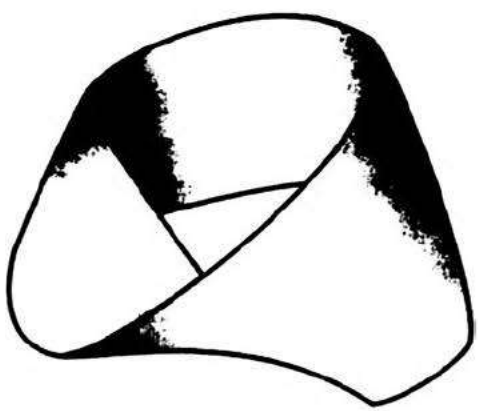
Teza lui Rava este că trebuie să ne cufundăm în încântătoarele miresme ale înţelepciunii adânci până când dobândim o înţelegere aprofundată a naturii binelui şi răului. Când ajungem la punctul transcedental în care binele şi răul se intersectează şi se suprapun în asemenea măsură încât putem percepe cum oricare dintre ele se poate transforma în opusul său, intensitatea experienţei poate fi atât de copleşitoare că ne pierdem simţul identităţii personale. Dacă se întâmplă asta, intrăm într-o lume care se numeşte *devekut*, conştiinţa permanentă de Dumnezeu. Dar procesul de ajungere la înţelegerea relaţiei dintre bine şi rău este plin de paradoxuri şi această înţelegere nu se dobândeşte atât de uşor pe cât s-ar părea.

Mesajul esenţial pe care ni-l transmite Rava este că binele şi răul nu sunt deloc o dihotomie, nu sunt contrarii în relaţie de adversitate, ci un univers închis de timp şi spaţiu curbat. Banda lui Mobius ne oferă un exemplu elocvent[98]. Dacă luăm o bandă de hârtie şi, înainte de a uni cele două capete ale sale, răsucim unul dintre ele pe verso, am realizat o bandă a lui Mobius. Trasând o linie pe această bandă, vom obţine, fără să ridicăm creionul de pe hârtie, o linie continuă pe ambele feţe ale sale. Din punct de vedere geometric cele două feţe sunt, de fapt, una singură.

Asta nu înseamnă că binele este, de fapt, rău, iar răul este bine. Deloc. Ci, mai degrabă, că fiecare dintre ele are o

fărâmă din celălalt şi, dacă este supralicitată, această fărâmă poate fi activată.

Complexităţile chestiunii răului ne aduc la limitele raţionalităţii. Peste aceste limite trebuie să ne extindem dincolo de judecata raţională şi să recurgem la resurse care depăşesc intelectul. Putem face asta prin intermediul exerciţiilor de contemplaţie, meditaţie, vizualizare, prin studiu şi o intensă devoţiune. Prin acest proces trecem într-o stare de spirit cu totul nouă. Numai cu ajutorul unei perspective revitalizate putem dobândi cunoaştere în problema binelui şi a răului. De aceea se spune că, atunci când suficient de mulţi oameni vor realiza această înţelegere a naturii răului, vom intra într-o nouă eră de conştiinţă. Misticii, de altfel, spun că Iom Kipur, cea mai sfântă zi a anului, este ca Purimul, iar Purimul însuşi ne prezintă cum vor arăta lucrurile în era conştiinţei mesianice[99].



ESTE RĂUL NECESAR?

Conform concepţiei tradiţionale, „binele" înseamnă să facem totul aşa cum vrea Dumnezeu, iar „răul" înseamnă să facem lucrurile altfel. Din această perspectivă, răul este o adevărată otravă. Este ceva ce trebuie extirpat. Datoria noastră este să-l evităm cu orice preţ, iar, dacă-l întâlnim, trebuie să-l exterminăm.

Preceptul mistic a lui Baal Şem Tov ne prezintă însă o nouă concepţie, care susţine că răul are natură divină în lăuntrul său. Aşa cum notează *Zoharul*: „Nu există sferă a Laturii Opuse (răului) căreia să-i lipsească total o cât de mică licărire de lumină din Latura Sacralităţii"[100]. În loc de a o distruge, îndatorirea noastră este de a înălţa această licărire. Ceea ce face legea cu mult mai complexă întrucât, în timp ce tradiţia consideră lucrurile într-o delimitare precisă de alb şi negru, misticii susţin că există o întreagă varietate de nuanţe, fiecare dintre ele putând fi înălţată la un nivel superior.

Cabala ne învaţă că, în realitate, răul - aşa cum îl cunoaştem - nu poate fi niciodată eradicat, chiar dacă vrem să facem acest lucru, pentru că îndeplineşte o funcţie esenţială în Creaţie.[101] În lipsa a ceva care să ne îndepărteze de Divinitate, am fi copleşiţi de Dumnezeu, ne-am pierde liberul arbitru, iar Creaţia - aşa cum este acum - n-ar putea exista.

Vechea concepţie consideră binele şi răul ca pe o dihotomie simplă. Dumnezeu este într-o direcţie, iar Satan în cealaltă. Noua concepţie susţine că Dumnezeu este în toate direcţiile, reprezentat de lumină, iar Satan se află şi el pretutindeni, reprezentat de văluri. În această viziune, răul este definit ca forţa ce întunecă, diminuează lumina.

Conform vechii concepţii, lucrurile sunt considerate după principiul că ceva poate intrinsec fi rău. De exemplu, banii sunt izvorul tuturor relelor; o sămânţă stricată va produce un rezultat rău; o persoană poate fi rea până-n măduvă; şarpele este rău. Noua concepţie afirmă că răul nu este un *lucru*; este mai degrabă ceva ce ţine de conştiinţă. Banii pot fi buni *sau*

răi, în funcţie de ce facem cu ei. O sămânţă stricată, rea, poate produce un rod viciat sau poate fi transformată în ceva folositor. Mucegaiul poate fi considerat dăunător şi este îndepărtat, dar anumite mucegaiuri devin penicilină. Un individ poate fi rău şi chiar un potenţial criminal, dar este posibil să existe o modalitate de a-i evidenţia şi cultiva o altă calitate a sa ce poate fi benefică pentru omenire. Un şarpe veninos ne poate muşca sau putem să-i extragem veninul pentru a-l folosi în componenţa unor medicamente.

Avem tendinţa să nu renunţăm uşor la vechile concepţii. Ni se pare mai uşor să definim precis binele şi răul şi să ştim exact cum să procedăm în cazul răului. Dar problemele dificile nu au soluţii uşoare. Iar problema binelui şi răului este una din cele mai dificile.

PARTEA A TREIA
CONŞTIINȚA ELEVATĂ

MA'ASEI MERKEVAH
(Opera Carului)

CARUL MISTIC

Rabi Nahman din Braţlav a consemnat povestirea despre un rege care a descoperit că întreaga sa rezervă de cereale era contaminată de o ciupercă neobişnuită. Grăunţele arătau la fel şi aveau acelaşi gust ca şi cele normale. Nu aveai cum să ştii că ceva nu era în ordine cu ele, în afară de o mică problemă. Oricine mânca din aceste cereale pierdea total contactul cu realitatea de fapt. Simplu spus, când mâncau din aceste cereale, oamenii deveneau alienaţi mintal.

Regele şi sfetnicul său erau singurele persoane care aveau cunoştinţă de această problemă. S-au consultat asupra opţiunilor pe care le aveau. Rezerva de cereale necontaminate era pe punctul de a fi epuizată şi nu existau alte alternative de a asigura hrana poporului. Peste două zile avea să devină necesar să fie deschise silozurile cu cereale contaminate, altfel populaţia regatului ar fi fost expusă la foamete. O nouă rezervă de cereale putea fi constituită abia peste aproape un an de zile şi nu era sigur că aceasta nu va fi şi ea contaminată.

La început, s-au gândit că vor da cerealele la populaţie, dar ei nu vor mânca din ele, astfel ca măcar doi oameni în tot regatul să rămână întregi la minte. Apoi, regele şi-a dat seama că nu va putea să guverneze masele dacă nu înţelege ce gândesc acestea, ce e în mintea lor. Aşa că, a propus ca şi el să mănânce din cereale, dar sfetnicul lui să n-o facă, acesta păstrându-şi astfel luciditatea.

Apoi, sfetnicul şi-a dat seama că îi va fi imposibil să-l sfătuiască pe rege, dacă el vedea realitatea în adevărata ei lumină, dar regele nu. Au realizat că, pentru a conduce un regat de oameni cu o realitate diferită, ambii trebuiau să mănânce din cerealele contaminate pentru ca să vadă lucrurile ca toţi ceilalţi oameni. Singura speranţă pentru viitorul

poporului era posibilitatea ca cineva să poată fi capabil să realizeze că lumea în care trăiau nu era adevărata realitate.

Astfel că regele şi sfetnicul său au dat un edict care prevedea că fiecare locuitor era obligat prin lege sa-şi pună un semn în frunte şi, în fiecare dimineaţă când vedea în oglindă semnul din frunte, trebuia să-şi pună întrebarea: „Ce reprezintă acest semn?" Speranţa lor era că pe oameni îi va nedumeri şi intriga de ce erau toţi obligaţi să-şi pună această întrebare şi că, în cele din urmă, într-un moment în viitor, acest semn avea să-i conducă la realizarea că realitatea lor era iluzorie.

Aici se termină povestirea. Nu aflăm ce s-a întâmplat mai departe pentru că, de fapt, mai trăim încă în această istorie. Avem un semn misterios în lăuntrul nostru, care ne face să ne întrebăm perpetuu: „Este real ce se întâmplă? Este acesta modul în care trebuie să fie viaţa?"

Povestirea lui rabi Nahman este o splendidă metaforă spirituală. Pe pista de viteză a vieţii moderne, priorităţile noastre naturale de a căpăta înţelepciune şi de a ne conecta cu adevărata esenţă a acestei existenţe au fost erodate de cerinţele lumii exterioare. Nervozitatea şi goana cu sufletul la gură, care însoţesc nesatisfăcută noastră nevoie permanentă de timp, au alimentat o boală ce a căpătat proporţii de epidemie în ultima jumătate a secolului al douăzecilea. Totuşi, nu sunt mulţi cei care-şi dau seama de gravitatea acestei maladii. Eu am numit-o „demonul timpului", dar în prezent lumea este contaminată de ceea ce am etichetat drept TDS (pronunţat. în engleză, „tedious")» acronim ce desemnează sindromul de deficienţă de timp (Time Deficiency Syndrome).

Un simptom major al acestei boli este simţul deformat al priorităţilor. Ori de câte ori munca uzurpă drepturile relaţiilor personale, acestea trecând pe un loc secundar, este vorba de TDS. Zeci de milioane de căsătorii şi relaţii familiale au de suferit din cauză că mulţi oameni şi-au zăpăcit priorităţile.

Un alt simptom este dependenţa de „remediul rapid". Companiile farmaceutice s-au îmbogăţit din cauză că oamenii

caută calmante cu efect imediat pentru durerile fizice şi pentru depresii. Este mult mai simplu să iei un analgezic, decât să acţionezi în direcţia reducerii sau eliminării stresului care a produs afecţiunea.

Dar probabil că cel mai răspândit simptom al TDS este simţământul de angoasă şi lipsă de sens. O doamnă mi-a spus că are sentimentul că se îneacă într-o mare de obligaţii şi responsabilităţi. Are atâtea lucruri de făcut şi atât de puţin timp pentru asta. Se simte ca strangulată, pierzându-şi cunoştinţa, căzând în nesimţire şi este îngrozită. Ca mamă, este, în acelaşi timp, şofer, bucătar, îngrijitoare, contabil, spălătoreasă şi sclav; rareori are timp pentru introspecţie, pentru a-şi cerceta universul lăuntric, iar viaţa şi-a pierdut pentru ea în cea mai mare parte sensul.

Deşi are o casă frumoasă, trei copii şi un soţ ce aduce un venit frumos, nu simte nici o bucurie. Din exterior, viaţa ei pare minunată. Dar lăuntric, este mai rău ca un coşmar. Nu poate să indice nici un motiv specific, nu este ca în serialele ieftine. Are încredere în soţul ei şi-l iubeşte. Pur şi simplu este vorba de faptul că nu are timp să se îngrijească de dezvoltarea sa, să-şi hrănească sufletul şi moare de mal-nutriţie spirituală.

Boala timpului insuficient este o maladie care duce, în cele din urmă, la autodistrugere. Când sufletul este flămând, trupul începe să prezinte multe simptome nesănătoase. Suntem mult mai iritabili si avem tendinţa de a ne angrena în activităţi care ne amorţesc mintea. Ingerăm mai multă cofeină ca să rămânem treji şi luăm mai multe somnifere ca să putem dormi. Ne gândim în permanenţă cum să ne folosim mai bine timpul şi deseori ne străduim să facem trei sau patru lucruri deodată. Această încercare de „eficientizare" se plăteşte însă: uneori este nevoie să ne îmbolnăvim pentru a avea la dispoziţie puţin timp ca să fim cu noi înşine.

Deşi media de viaţă este din ce în ce mai mare, întrebarea reală care se pune este dacă s-a îmbunătăţit şi calitatea vieţii noastre. Belşugul şi abundenţa de care avem parte ne asigură oare o conectare mai profundă cu adevăratul

sens al vieţii? Avem relaţii de un calibru mai înalt cu familiile noastre? Suntem mai integraţi în natură? Suntem cu adevărat fericiţi?

Unii sunt de părere că cerealele contaminate pe care le ingerăm de multă vreme se numesc dorinţă, poftă. Suntem acaparatori; vrem mai mult din toate: poziţie socială, celebritate, bogăţie şi proprietăţi personale. Nu suntem niciodată satisfăcuţi cu ceea ce avem. Alţii sunt de părere că cerealele sunt puterea. Vrem să deţinem controlul asupra lucrurilor, să ne aflăm într-o poziţie superioară, să fim stăpâni peste alţii.

Orice nume le-am da, cei mai mulţi dintre noi vom recunoaşte că cerealele despre care vorbim sunt hrană mai degrabă pentru egoismul fiecăruia şi nu pentru suflet; este hrana care susţine simţul nostru de separare, de individualitate. Cu cât ne simţim mai separaţi, cu atât mai tare ne conduc dorinţa, setea de putere şi alte motivaţii care ne pot asigura deosebirea de restul oamenilor. În această căutare continuă a modului de a ne distinge, priorităţile noastre se modifică pentru a răspunde cerinţelor unei realităţi dominate de o lume materialistă. Şi cedăm din timp - timpul de a sta liniştiţi să reflectăm pe malul unui lac sau timpul de a ne lăsa absorbiţi în activităţi cu un sens profund. Devenim nervoşi când nu avem nimic de făcut şi încercăm să ne umplem cu activităţi fiecare moment pe care-l avem la dispoziţie. Dorinţele noastre ne împing să mergem mai departe în această direcţie, în timp ce sufletele noastre înfometate şi neglijate ne imploră să ne oprim, să reflectăm si să aducem calitate în vieţile noastre.

Suntem vase umane care conţin în ele lumina conştiinţei în măsura în care o putem reţine. Fiecare acţiune pe care o întreprindem, care este dăunătoare pentru noi sau pentru alţii, creează noi fisuri în vasul nostru. Majoritatea oamenilor au vase atât de fisurate, încât nu pot reţine decât o mică fracţiune din potenţiala lor lumină a conştiinţei.

Şi totuşi, deşi este numai o fracţiune a potenţialului nostru, lumina pe care fiecare din noi o are în lăuntrul său este

sursa năzuinței de a fi conectați cu Divinitatea. Lumina aceasta nu are o denumire. Un om de știință n-ar putea să depisteze locul unde sălășluiește. Dar căutarea adevărului constituie o parte esențială a structurii noastre. În termenii povestirii lui rabi Nahman, această năzuință este semnul din frunțile noastre, semnul echilibrului mental.

Una din cele mai importante taine ale învățăturii mistice este cuprinsă în dorința noastră de a ne conecta cu Divinitatea. În vreme ce natura intrinsecă a năzuinței este de a obține ceva, a ajunge undeva sau de a împlini un țel, descoperim în cele din urmă că nu este vorba de a primi nimic și nu se ajunge nicăieri. Năzuința în sine conține toată taina; propria ei existență este mai curând un răspuns decât o interogare. Greșeala noastră constă în credința că această năzuință este a mea sau a ta; învățătura mistică spune însă că este o importantă modalitate prin care trăim experiența prezenței lui Dumnezeu. De fapt, ar fi mult mai exact să spunem că aceasta este năzuința lui Dumnezeind, manifestată prin intermediul fiecărui suflet, pentru realizarea adevărului lui Creând. În limbaj modern, am spune că mijlocul (mediatorul) este mesajul. Echilibrul nostru mintal, conectarea noastră la realitatea adevărată se află chiar în însăși năzuința aceasta.

Dar dorința de a fi cu Divinitatea nu este suficientă. Misticii iudaici știu demult că este necesar să ne angrenăm în activități care repară vasele noastre fisurate. sudând crăpăturile una câte una, pentru ca lumina noastră interioară să devină din ce în ce mai strălucitoare. Micșorând numărul acțiunilor noastre dăunătoare și orientându-ne către acțiuni, cuvinte și gânduri ce antrenează și înalță scânteile de divinitate, dobândim o cunoaștere profundă a naturii relației noastre cu Dumnezeu.

Putem citi despre posibilitățile oferite de viitor, putem purta discuții despre mari îndrumători spirituali, ne putem gândi la minunate precepte de înțelepciune. Dar dacă nu începem să acționăm în direcția acceptării responsabilității de a aduce omenirii o nouă conștiință, aceasta va continua să ne

ocolească. Noi înşine trebuie să lucrăm, chiar de-acum, în sensul dobândirii conştiinţei elevate în orice mod ne stă în putinţă.

Procesul de acordare a unei înalte priorităţi acţiunilor de ridicarea a conştiinţei proprii şi celei a lumii întregi se numeşte „opera carului". Carul mistic este în iudaism mijlocul prin care se ajunge la conştiinţa elevată.

Cea de a treia parte a acestei cărţi se constituie într-un astfel de car modern pentru mileniul următor. Ea este alcătuită din povestiri şi exerciţii spirituale, care ne pot transforma. Multe din practicile spirituale descrise aici sunt elementare în iudaism. Ele reprezintă mijlocul prin care putem ajunge să recunoaştem pe deplin limitele nivelului nostru actual de conştiinţă şi să găsim căi de redobândire a unei mai clare viziuni asupra realităţii. Carul mistic este soluţia pentru atingerea conştiinţei cosmice, care este cu mult superioară nivelului la care trăim în prezent.

MIJLOCUL PRIN CARE SE AJUNGE LA CONŞTIINŢA ELEVATĂ

În vremurile de demult, înaintea intrării în uz a cuvântului „Cabala", practicanţii misticii iudaice erau numiţi *ioredei merkevah*, cei care coboară în car.[1] Li se mai spunea şi în multe alte feluri: stăpânii misterelor, copiii Palatului Regal, cei ce cunosc înţelepciunea, cei ce înţeleg (iluminaţii), cei ce au intrat şi au plecat în pace, secerătorii câmpului şi aşa mai departe.

Aceşti mistici erau cufundaţi în studiul şi practica unor teze, denumite colectiv *ma'asei merkevah*, opera carului. Învăţăturile erau secrete păzite cu străşnicie, iar în jurul misticismului *merkevah* s-a creat o aură de mare respect şi veneraţie. Ca măsură suplimentară de asigurare a păstrării secretelor, misticii au răspândit ideea că aflarea acestor secrete putea duce la îmbolnăviri grave şi chiar la moarte. Astfel încât,

în jurul misticii iudaice s-a constituit un zid protector de vrajă şi mister înfricoşător, susţinut de asemenea afirmaţii precum aforismul talmudic: „În opera carului nu poate fi iniţiat oricine, ci numai înţelepţii".[2]

Talmudul cuprinde o povestire celebră despre patru învăţaţi care „au intrat în *Pardes*" (grădină/livadă). *Pardesul* acesta nu era o grădină obişnuită, ci un tărâm de conştiinţă extinsă, unii spun că era chiar Paradisul. Experienţele prin care au trecut cei patru au fost atât de impresionante şi copleşitoare, încât unul dintre ei a murit, altul a înnebunit, al treilea s-a lepădat de credinţă şi numai unul, rabi Akiva, a rămas teafăr şi nevătămat. Istoria aceasta, ce face parte din folclorul iudaic de o mie cinci sute de ani, este tipică pentru atitudinea generală a iudaismului în ceea ce priveşte căutarea periculoasei înţelepciuni mistice.[3] Abia în cea de a doua jumătate a secolului al douăzecilea a fost asigurat un acces mai larg al marelui public la imensa bogăţie a tezaurului misticii iudaice.

În esenţă, învăţăturile carului privesc metode specifice de meditaţie utilizate pentru a accede la niveluri spirituale superioare.[4] Multe din aceste metode nu au fost niciodată consemnate în scris. Unele sunt totuşi descrise în textele *Hekhalot* (Sălile palatului). Ele se referă la practici care se pare că erau folosite cu mai bine de două mii de ani în urmă. Textele descriu în amănunt alcătuirea altor realităţi. Citează numele îngerilor care păzesc multitudinea de porţi prin care este necesar să se treacă şi consemnează formulele incantaţiilor magice - în principal, variaţii pe tema numelor lui Dumnezeu folosite pentru a induce o stare de conştiinţă modificată.[5]

Părintele Cabalei extatice, Abraham Abulafia (secolul al treisprezecelea), este cunoscut pentru metodele sale de contemplaţie, prin care se ating unele stări transcedentale de conştiinţă, în scopul dobândirii conştiinţei de Dumnezeu.[6] Tehnica lui Abulafia consta în a şedea în tăcere într-o cameră cufundata în întuneric, privind îndelung la literele alfabetului ebraic, permutându-le mental pentru a forma diferite cuvinte şi

sintagme. Intensa concentrare necesară pentru a stăpâni această tehnică conduce la stări superioare de extaz.

Tehnicile de acest fel, care modifică starea de conştiinţă, se încadrează în categoria generală de „operă a carului", carul fiind mijlocul cu ajutorul căruia se pot traversa straturile de conştiinţă. Iudaismul modern de practică generală a dat complet uitării aceste metode. Unii îndrumători spirituali iudaici din ziua de azi sunt chiar de părere că practicile de contemplaţie nu sunt acceptabile în iudaism. În secolul al douăzecilea, iudaismul a pus accentul mai mult pe studiul *Torei*, îndeplinirea cerinţelor legii iudaice şi sărbătorirea zilelor sfinte. Şi totuşi, o componentă pertinentă din structura religiei iudaice a accentuat întotdeauna importanţa practicilor contemplative şi obiectivul atingerii stărilor de spirit categorisite drept profeţii. şi asta încă de pe vremea scrierilor ce sunt cuprinse în *Biblie*.

Ezechiel este considerat în Cabala prototip al viziunii profetice. Deşi cuvântul „car" nu apare în profeţia sa, el descrie „făpturi vii" (*haiot*), despre care spune; „Înfăţişarea şi alcătuirea lor erau de aşa fel încât părea că fiecare roată este în mijlocul altei roate. Oriunde mergea duhul (*ruah*), acolo mergeau şi ele (*haiot*) şi împreună cu ele se ridicau şi roatele; căci duh de viaţă era şi în roţi".[7]

Mai târziu, Ezechiel spune că aceste făpturi vii pe care le-a văzut erau heruvimi (*keruvim*) şi foloseşte aceeaşi descriere ca mai înainte: „Când mergeau heruvimii, mergeau şi roatele cu ei".[8] Literele de bază ale cuvântului ebraic însemnând heruvim (*krv*), sunt aceleaşi cu cele ale cuvântului car (*rkv*).[9]

În Sfânta Sfintelor din Templu, chivotul era îmbrăcat în aur. Deasupra lui se aflau doi heruvimi din aur, cu aripile întinse, aşezaţi faţă-n faţă. Aripile simbolizează o zonă delimitată în care se va afla Prezenţa Divină la comuniunea cu muritorii. În *Tora*, Dumnezeu spune: „Acolo mă voi arăta ţie şi-ţi voi grăi de deasupra capacului [chivotului], dintre cei doi heruvimi care străjuiesc chivotul Legământului"[10].

Heruvimii mistici de deasupra chivotului sunt consideraţi de cabalişti drept sursă a tuturor profeţiilor. Ei reprezintă arhetipul carului, iar între aripile lor cuprind tainele fiecărei experienţe care îndepărtează vălurile ce ne acoperă conştiinţa. Misticii susţin că, odată ce realizăm pe deplin dimensiunea adevărată a luminii intrinseci de conştiinţă ce sălăşluieşte în fiecare din noi, vom dobândi conştiinţa mesianică, un nou mod de a trăi experienţa realităţii, total diferit de noţiunea de realitate aşa cum o cunoaştem.[11]

Conştiinţa mesianică este următorul stadiu în dezvoltarea umană. Aşa cum ştim că s-a petrecut un fel de schimbare paradigmatică prin trecerea de la conştientul animalic la conştientul omului preistoric, iar conştiinţa umană a trecut printr-o serie de etape de dezvoltare evaluate în diverse feluri - cum ar fi conştiinţa socială, progresul tehnologic sau raţiunea fundamentală - misticii iudaici susţin că se va mai produce o schimbare paradigmatică majoră către un nivel complet nou de conştiinţă. În acest stadiu avansat, durerea şi suferinţa - aşa cum le cunoaştem - vor dispărea, nu vor mai exista războaie, relaţiile noastre interumane vor fi total altele, leul va sta alături de miel, ca să spunem aşa, iar viaţa va fi complet diferită de oricum ne-am putea-o imagina. Asta înseamnă conştiinţă mesianică.

În prezent, multe din instrumentele de lucru folosite de misticii antici în opera carului au fost uitate. Parte din practici erau într-adevăr adecvate numai pentru acele vremuri. Metode ca traiul în extremă austeritate, în sihăstrie, intonarea numelor secrete ale lui Dumnezeu, respectarea cu meticulozitate a anumitor comportamente pot să nu mai fie potrivite pentru oamenii zilelor noastre, chiar dacă cunoaştem specificităţile. Dar multe dintre precepte au fost transmise foarte detaliat în literatura talmudică şi midraşică. Toate sunt menite a ne asigura accesul la lumina noastră interioară. Acestea sunt carele prezentului şi, ce-i mai important, misticii sunt convinşi că ele ne vor conduce într-o lume nouă.

METODE DE DOBÂNDIRE A UNEI CONŞTIINŢE SUPERIOARE

Există trei metode tradiţionale de atingere a nivelului conştiinţei extinse. Unele sunt uşor de prezentat, dar dificil de realizat. Prima metodă constă în cufundarea în activităţi şi studii cu conţinut şi semnificaţie stimulatoare. În context iudaic, asta înseamnă o serioasă analiză a comportamentului, deprinderea unei ritmicităţi regulate de studiu a lucrărilor ce reprezintă surse de inspiraţie, acordarea unei mai mari atenţii vieţii spirituale, rezervarea unei zile pe săptămână pentru practici spirituale şi aşa mai departe. Acest mod de abordare a problemei, obişnuit în multe tradiţii spirituale, se bazează pe principiul adaptării. Ne adaptăm la cele ce ne înconjoară, la hrana pe care o mâncăm, la cuvintele pe care le citim şi la exerciţiile pe care le facem.[12]

Cea de a doua metodă o include pe prima, dar este direcţionată mai mult către interiorizare. Obiectivul principal al acestei strategii este de a dobândi cunoaştere prin izolare, contemplaţie şi cercetare a sufletului. Deşi în iudaismul modern nu găsim multe argumente în favoarea izolării de lumea trepidantă într-un mediu de sihăstrie, practica izolării şi a meditaţiei profunde era ceva obişnuit printre misticii iudaici.

Cea de a treia metodă este ceea ce eu numesc practica *kavanah*. Traducerea obişnuită a cuvântului este „intenţie, dăruire interioară, zel". Dar pusă în contextul rugăciunii sau al respectării legii iudaice. Înţelepţii s-au întrebat dacă este mai merituos să îndeplineşti o datorie religioasă atunci când intenţiile îţi sunt clare şi mintea îţi este concentrată asupra actului respectiv sau dacă înfăptuirea actului ca atare este mai importantă decât ceea ce se petrece în mintea persoanei în momentul acela. Evident că situaţia ideală este atunci când mintea şi inima persoanei sunt în ceea ce face. Dar dacă nu sunt? În cele din urmă. învăţaţii au avut opinii contradictorii în această problemă dar, la fel ca în cazul multor altor aspecte ale

învățăturii talmudice, putem susține cu argumente puternice ambele păreri.

Însă ideea poate fi dezvoltată. *Kavanah* poate fi aplicată la orice domeniu al vieții noastre. Termenul provine de la rădăcina „*kavan*", care înseamnă „a direcționa, a ținti sau a acorda, armoniza". După cum am observat, mistica iudaică se bazează pe concepția că orice aspect al Creației se inter-relaționează cu toate celelalte, ceea ce conduce la preceptul că fiecare gând, cuvânt sau acțiune reverberează în întreaga Creație. În plus, fie că este obligație religioasă sau nu, orice eveniment care se petrece are potențialul de a antrena și înălța scântei de divinitate.

În acest context, *kavanah* presupune o conștientizare continuă a implicațiilor a tot ceea ce facem. Prin urmare, *kavanah* are o importanța crucială pentru misticii iudaici. Cabaliștii au fost adesea numiți *mekavanim*, însemnând „cei care sunt întotdeauna intenționați, acționează cu dăruire" sau, mai bine, „cei care se acordează, se armonizează în permanență". Ei doresc să aibă o stare de conștiență concentrată în fiecare moment. Putem să recurgem la un exercițiu specific pentru dezvoltarea acestui gen de conștiență, așa cum am făcut pentru dobândirea conștiinței extinse.

CALEA CONȘTIENTIZĂRII

Acesta este un exercițiu simplu: Opriți-vă din lectură pentru cinci minute și nu faceți nimic altceva decât să observați cum inspirați și expirați. Atâta tot. *Nu vă gândiți la nimic*. Nu numărați pe degete, nu vă notați într-un carnețel. Pur și simplu închideți ochii și fiți conștienți de respirația dumneavoastră. Cât timp vă puteți menține această stare de conștiență fără a gândi?

„A gândi" înseamnă transferarea atenției asupra a orice altceva ce nu este simpla trăire a experienței de aici și acum. Un sunet este doar o vibrație; dacă-l identificăm în orice fel,

recunoscând că este „o pasăre", „un avion" sau orice altceva, acesta este un gând. Dacă reflectăm la ceva ce s-a întâmplat sau plănuim ceva ce urmează să se întâmple, acesta aste un gând. Dacă ne dorim mai mult din ceva sau sperăm că ceva va trece. acesta este un gând. Sunteţi capabili să vă observaţi respiraţia timp de cinci minute fără să aveţi nici un gând?

Majoritatea oamenilor descoperă ca nu se pot opri de a gândi nici măcar pentru un minut. Nu suntem stăpâni pe minţile noastre! Pentru unii aceasta este o experienţă deprimantă. Gândurile vin şi pleacă independent de voinţa noastră şi se pare că nu putem face *nimic* în legătură cu asta.

Aşa că mintea ne poartă de-a lungul zilei prin locuri şi probleme care se poate să nu aibă absolut nici o legătură cu locul unde ne aflăm sau cu ceea ce facem. Mintea ne poartă cu atâta viteză şi atât de departe încât pătrundem în propriile noastre universuri şi participăm la propriile noastre piese de teatru interioare cât e ziua de lungă. Ne pierdem simţul timpului şi spaţiului; nu mai suntem conştienţi de ceea ce se întâmplă în jurul nostru.

Acest lucru nu este o anomalie care are loc de vreo două ori pe săptămână sau în unele momente ale zilei. Se petrece în permanenţă, de sute sau mii de ori *în fiecare oră*! Este ca o clipire a minţii. Vă daţi seama de câte ori clipiţi din ochi în fiecare minut? Nu ne gândim la asta pentru că clipitul este automat. Nu ne dăm seama de numărul de călătorii pe care le face mintea noastră pentru că ne-am obişnuit cu ele. Credem chiar că aceasta este starea normală a minţii. Din păcate însă, această convingere este profund greşită.

În tradiţiile spirituale din întreaga lume, cele mai elementare practici de contemplaţie sunt menite a-i face pe discipoli să realizeze gradul în care mintea ne scapă de sub control. Meditaţiile şezând, mantrele, mudrele, meditaţia în mers, exerciţiile de mişcare de tipul *t'ai chi chuan*, respiraţia controlată, cufundarea în tăcere, rugăciunea şi celelalte ne relevă rapid funcţionarea haotică a minţii. Oricine meditează descoperă asta din prima şedinţă. Oricine încearcă să se roage

realizează curând că mintea pur şi simplu nu rămâne concentrată pentru mult timp.

La orice nouă grupă de meditaţie pe care o îndrum, întrebarea cea mai frecventă care mi se pune în prima sau a două şedinţă este: „Mintea mea este atât de activă, atât de ocupată de gânduri; cum pot s-o opresc?" Întrebarea este rezultatul unei concepţii greşite în ceea ce priveşte meditaţia şi ce trebuie ea să facă. Oamenii fără experienţă cred că, exersând, ne putem opri minţile să divagheze. Din nefericire, această convingere le este alimentată de unii îndrumători şi unele şcoli de meditaţie, care promit că metodele lor conduc la realizarea unei stări de extaz şi beatitudine, precum şi la controlul total al gândurilor. Asta e o aiureală.

Discipolii lui Baal Şem Tov au aflat că în oraş venea un mare învăţător spiritual şi i-au cerut maestrului lor permisiunea să ia lecţii de le acesta. Maestrul a consimţit. Apoi, discipolii l-au întrebat: „Cum ne vom da seama dacă este într-adevăr un mare învăţător?" Baal Şem Tov a răspuns: „Cereţi-i să vă sfătuiască ce să faceţi pentru a nu permite gândurilor păcătoase să vă deranjeze în timpul rugăciunilor şi studiilor".

Apoi, a adăugat: „Dacă acest învăţător vă dă asemenea sfaturi, veţi şti că nu este demn de atenţie. Pentru că este datoria fiecăruia să se lupte în fiecare ceas, până la moarte, cu gândurile neesenţiale exterioare, să înalţe şi să înnobileze mereu şi mereu aceste gânduri pentru a le armoniza cu natura Creaţiei".[13]

Practicile de contemplaţie se folosesc în iudaism pentru a antrena şi înălţa scânteile de sacralitate din orice abordăm. Scopul nu este de atinge o stare în care nu ne apar în minte nici un fel de gânduri, ci de a trata rapid şi adecvat orice se iveşte, fie ele situaţii implicând alţi oameni sau gânduri din mintea noastră. Practicând asta, devenim într-adevăr mai purificaţi, mai perfecţionaţi, mai calmi şi stăpânim mai bine totul. Dar nu vom putea elimina niciodată total gândurile

perturbatoare din minţile noastre până în momentul când ne părăsim trupurile.

Crearea deprinderii de procedură adecvată în ceea ce priveşte gândurile noastre şi orice altceva cu care suntem confruntaţi este fundamentală pentru toate activităţile de contemplaţie. Este practica de creştere a gradului de conştientizare. În iudaism aceasta este legată de modul în care ne trăim viaţa în general.

Există multe modalităţi de a aduce un grad mai înalt de *kavanah* în vieţile noastre. Una din cele mai interesante este să ne petrecem o zi pe săptămână încercând să facem totul invers de cum procedăm de obicei. Dacă, în mod obişnuit, vă sculaţi la 7 dimineaţa, încercaţi să vă sculaţi la 6 sau la 6:30; în plusul de timp pe care-l aveţi la dispoziţie, faceţi ceva neobişnuit. Dacă sunteţi dreptaci, faceţi lucrurile cu stânga: pieptănatul. spălatul pe dinţi. Dacă obişnuiţi să vă îmbrăcaţi punându-vă hainele de la dreapta spre stânga, încercaţi invers - de la stânga către dreapta. Vedeţi câte lucruri puteţi face invers pe parcursul zilei fără să vă puneţi în pericol securitatea personală sau serviciul şi fără a-i afecta pe cei din jur.

Pierderea acuităţii stării de conştienţă este în cea mai mare parte rezultatul vieţilor noastre rutinizate. Forţându-ne să ne schimbăm obiceiurile o dată pe săptămână, devenim conştienţi de amănunte şi lucruri neînsemnate, pe care nu le-am observat înainte. Această nouă observare este cheia dezvoltării capacităţilor pe calea măririi conştientizării. Cu cât observăm mai multe amănunte minore, cu atât câştigăm în conştientizare.

În mod normal, petrecem numai o foarte mică parte de timp din zi fiind într-adevăr conştienţi, probabil mai puţin de unu la sută. Dar, practicând exerciţiul simplu descris mai înainte şi cele care urmează, ne putem creşte gradul de conştientizare de două sau trei ori, poate chiar mai mult. Aceasta reprezintă totuşi încă un mic procent din timpul unei zile întregi. Dar satisfacţiile sunt enorme. Viaţa devine mai animată. culorile sunt mai pregnante, întâmplările mai

interesante, situaţiile mai stimulatoare, iar simţământul nostru de menire şi scop în viaţă se intensifică. În plus, dacă suntem sârguincioşi şi consecvenţi în a deveni senzitivi moment-de-moment, putem atinge un grad înalt de *mochin de gadlut,* conştiinţă extinsă, ajungând într-un stadiu nou, superior, al procesului de iluminare.

Scopul exerciţiilor care urmează este să învăţăm să realizăm conştient prezenţa Divinităţii în tot ce întâlnim, extinzându-ne în felul acesta conştiinţa. Ne poate fi relativ uşor să facem asta când ni se întâmplă lucruri minunate; dar trebuie să procedăm la fel în orice aspect al vieţii. Când suntem capabili să simţim prezenţa lui Dumnezeind în timpul momentelor dificile sau al evenimentelor care ne pun la încercare şi chiar în propriile noastre gânduri perturbatoare, începem să reperăm scânteile de divinitate din aceste evenimente sau gânduri şi le înălţăm înapoi, la sursa lor.

Iată, în cele ce urmează, două exerciţii speciale pentru acutizarea stării de conştienţă. Oricare dintre ele poate fi făcut zilnic în numai douăzeci de minute, iar în câteva săptămâni veţi observa schimbări în gradul dumneavoastră de conştientizare.

Exerciţiu de *kavanah*: Partea 1

1. Staţi aşezat foarte liniştit şi trăiţi senzaţia corpului dumneavoastră, simţământul ridicării şi coborârii pieptului în respiraţie. De câte ori observaţi că vă gândiţi la altceva, opriţi-vă din ceea ce faceţi, respiraţi de câteva ori adânc şi întoarceţi-vă la senzaţia corpului dumneavoastră. Când sunteţi sigur că v-aţi concentrat, continuaţi exerciţiul.

2. Lăsaţi-vă să apreciaţi faptul că sunteţi aici, chiar în acest moment, spunându-vă ceva de genul: *Sunt conştient. Sunt liber să optez în viaţă. Sunt o persoană deplină, un om întreg şi sunt recunoscător pentru faptul că sunt în viaţă.*

Observați-vă conștientul, simțământul de a fi deplin și modul în care se manifestă sentimentul de recunoștință.

3. Acum, concentrați-vă asupra minții dumneavoastră, a ceea ce face ea pentru dumneavoastră, a modului cum funcționează si a potențialului său. Șoptiți-vă ceva de genul: *Sunt recunoscător pentru capacitatea de a vedea și înțelege lucrurile, de a deosebi lumina de întuneric, adevărul de falsitate. Mintea mea funcționează bine și sunt recunoscător că am discernământ și perspicacitate.* Observați-vă mintea și fiți recunoscător pentru capacitatea ei.

4. Acum, concentrați-vă asupra corpului dumneavoastră. Mulți dintre noi au o impresie proastă despre corpul lor. Nu este acum momentul să vă examinați trupul cu un ochi critic, ci, mai curând, să gândiți pozitiv despre el. Gândiți-vă la corp în totalitatea sa; realizați care sunt aspectele sale forte. Examinați părțile care sunt în stare bună de funcționare. Astfel de părți ale corpului sunt cu miile și, probabil, sunt câteva care nu funcționează prea bine. Oferiți-vă recunoștința pentru cele care lucrează bine.

5. Ridicați-vă și traversați camera. În procesul mersului, observați cât de multe mișcări puteți. Cum este să-ți ridici corpul și să-l miști? Încercați să vă observați gleznele, genunchii, șoldurile, coapsele, realizați senzația hainelor pe piele. Observați cum se mișcă umerii, brațele, spatele, gâtul și capul în timpul mersului. Mergeți cât de încet doriți. În acest timp, mulțumiți pentru capacitatea de a vă putea mișca și de a simți mișcarea. Mulțumiți pentru fiecare parte a corpului care-și îndeplinește funcțiunea în timp ce vă mișcați.

6. Întoarceți-vă la scaunul dumneavoastră și reașezați-vă. Cu ochii deschiși, priviți drept înainte. fără a mișca ochii sau capul. Cât vă dați seama că vedeți fără să vă mișcați din această poziție? Fiți atent că încercați să identificați și să numiți lucrurile pe care le vedeți. Încercați pur și simplu să observați formele, culorile, umbrele și mișcarea fără să denumiți nimic. Fiți atent la sunetele care se aud. Încercați să nu vă opriți la unul, ci să fiți conștient de fiecare sunet nou din

orice moment. Mulțumiți pentru capacitatea de a putea observa atâtea lucruri și pentru faptul că viața este atât de plină, de bogată.

7. Acum, stați pur și simplu liniștit și observați cât mai bine puteți tot ce se întâmplă în fiecare moment. Veți descoperi că, atunci când mintea e activă, nu veți reuși să fiți la fel de conștient. Ori de câte ori vă dați seama că mintea lucrează, gândește, extrăgându-vă din starea de conștientizare la nivel fizic, reîntoarceți-vă ușurel la senzația trupului dumneavoastră. Cu timpul veți putea să vă observați gândurile fără a mai fi copleșit de ele. Din nou, mulțumiți pentru minunatul dar al conștientului și pentru bogăția de viață a fiecărui moment.

8. Dacă nu aveți deja unul, cumpărați-vă un ceas de mână ieftin cu semnal sonor. Fixați-l să vă sune aproximativ, dar nu exact, din oră în oră. Pe parcursul zilei, ori de câte ori sună ceasul, opriți-vă cât de repede puteți din ceea ce faceți și, timp de zece-douăzeci de secunde, examinați-vă mental corpul; conștientizați ceea ce se petrece în corpul dumneavoastră și în jurul dumneavoastră. Puteți face asta chiar și în timp ce sunteți angajat în altă activitate. Observați pur și simplu unde vă aflați, cum vă simțiți, ce se întâmplă în diverse părți ale corpului dumneavoastră, ce sunete se aud și, în general, care sunt percepțiile dumneavoastră vizuale. De fiecare dată când faceți acest lucru, mulțumiți pentru plinătatea momentului, pentru că sunteți conștient de toate și pentru bogăția de viață din jurul dumneavoastră.

9. La interval de câteva zile, modificați cu câteva minute ora la care faceți acest exercițiu, astfel încât această meditație să nu capete caracter de rutină. Curând veți începe să fiți conștient de lucruri în mod spontan, fără ajutorul ceasului semnalizator, iar viziunea dumneavoastră va începe să se schimbe. În câte va săptămâni veți observa deosebirea și veți fi mult mai prezent în trupul dumneavoastră. A fi prezent dă o dimensiune total nouă vieții.

Exercițiu de *kavanah*: Partea a 2-a

1. Așezat, cu ochii deschiși, încercând să stați cât mai nemișcat, *gândiți-vă* la o mișcare cât mai simplă, cum ar fi întoarcerea paginii unei cărți, gestul de a ridica ceva de pe masă, scărpinatul unei zone de prurit, *dar nu vă mișcați.* Observați ceea ce vreți să faceți, dar n-o faceți.

2. Fiți conștient de tensiunea dintre a vrea și a rezista dorinței. La un moment dat veți face ceva, dar n-o faceți încă. Sarcina dumneavoastră mentală este de a observa exact ce trebuie să se întâmple pentru ca dorința să învingă opoziția dumneavoastră de a vă mișca. Mai devreme sau mai târziu vă veți îngădui să vă întindeți după carte sau să întoarceți pagina. În timp ce așteptați, ce gânduri vă trec prin minte; de ce este nevoie pentru a pune corpul în mișcare?

3. În exact momentul în care începeți să mișcați mâna, sunteți capabil să observați propria voință care vă determină să efectuați o anumită mișcare?

4. Acum, imaginați-vă că toate aspectele existenței sunt conectate la o sursă de energie. Dacă s-ar tăia oricare dintre liniile de conectare, partea deconectată a existenței ar fi imediat curmată. Nimic nu poate exista fără a fi conectat la sursa sa. Acum, imaginându-vă prezența sursei vieții, cea care dă energie și putere oricărei mișcări, repetați acțiunile de la punctele 1-3 de mai sus.

5. Când sunteți gata, reflectați la tot ce este în jurul dumneavoastră din perspectiva prezenței constante a sursei Creației. Această sursă dă viață fiecărui moment și este prezentă în fiecare acțiune, cuvânt și gând. Simțiți aceasta ca pe prezențe Divinității.

6. Fixați-vă ceasul să vă sune aproximativ din două în două ore. De fiecare dată când sună, reflectați asupra prezenței Divinității cât de mult timp puteți. Obiceiul va deveni automat. Un aspect major al procesului de iluminare constă în aducerea prezenței Divinității în cât mai multe momente din viața

dumneavoastră posibil. La fel ca în cazul exercițiului precedent, veți începe să resimțiți schimbarea în câteva săptămâni.

Primul exercițiu, de a fi conștient de fiecare stimul fizic existent în fiecare moment, este ușor de prezentat, dar dificil de realizat. În etapele sale de început, facem rapid progrese. Dar, îndeobște, constatăm că este prea greu de menținut un timp mai îndelungat concentrarea necesară și alunecăm înapoi în vechile tipare ale obișnuinței. De fapt, așa simplă cum pare, aceasta este o metodă avansată care are similitudini în mai multe tradiții spirituale. În budismul zen se numește *șikan-taza*, starea mentală a unui samurai foarte abil, a cărui viață depinde de permanenta și acuta prezență de spirit (conștientizare). În budismul tibetan se numește *Dzogchen* sau *Mahamudra*[14], considerată cea mai lucidă disciplină a practicii de conștientizare.

Cel de al doilea exercițiu, menținerea simțământului de prezență spirituală continuă a Divinității, este și el dificil de realizat. Acesta însă intensifică simțământul prezenței directe a sursei vieții în tot ceea ce există și apoi topește cu-ncetul barierele identității individuale, care ne fac să credem că suntem separați, independenți. Odată ce realizăm pe deplin gradul în care suntem integrați în spectrul conștiinței - ceea ce înseamnă că suntem parte din ea - concepția noastră asupra vieții se modifică radical.

ÎNDREPTAREA SUFLETULUI, ÎNDREPTAREA LUMII

Corpul este compus din diferite organe și milioane de celule. Fiecare celulă este un înveliș conținând o scânteie de suflet. Prin urmare, corpul este un înveliș fizic pentru milioane de scântei de suflet.

Cui îi „aparţine" învelişul fizic? Este acesta corpul *meu*? Este acela corpul *tău*? Şi dacă este al meu, unde sunt eu? Unde sălăşluieşte acest „eu" căruia îi aparţine corpul?

Când întreprindem o cercetare în termeni de unde, cine, ce, de ce şi cum cu referire la „eul" nostru. ne trezim într-o sală a oglinzilor ce se pierde în infinit. Noi nu suntem numele noastre. Nu suntem adresele sau numerele noastre de telefon. Nu suntem identităţile noastre. Suntem altceva decât persoana pe care o vedem în oglindă când ne spălăm pe dinţi. Suntem mai mult decât simpla însumare a experienţelor avute de la naştere încoace. Continuând investigaţia, ajungem să realizăm în cele din urmă că acest corp fizic este un îngrijitor, un păstrător folosit temporar de sursa care îi dă lumina sa. Corpul nostru nu este esenţa noastră; este doar materie.

Numim însumarea scânteilor care dau viaţă acestei materii - suflet. Totuşi corpul nu „posedă" sufletul; sufletul nu-i aparţine pentru că sufletul este pur şi simplu o forţă vitală ce conferă existenţă materiei. Aşa cum toate scânteile de suflet din toate celulele vii din corpul nostru formează ceea ce numim suflet, la fel toate sufletele vii din lume formează prin cumulare un suflet universal. Mistica iudaică susţine că sufletul care ne dă viaţă este conectat la un suflet universal de la care se nutreşte.

Unul din conceptele importante din Cabala afirmă că orice se întâmplă oriunde în univers reverberează în totalitatea Creaţiei. Astfel, vieţile noastre sunt afectate de ceea ce se întâmplă pretutindeni; mai mult, orice facem în viaţa noastră afectează tot ce există în univers.

Poate că asta sună puţin cam pretenţios. Deseori ne considerăm umile fire de praf, lipsite de importanţă, într-un univers în care distanţele se măsoară în ani-lumină, iar numărul stelelor cunoscute depăşeşte imaginaţia noastră. Acest simţământ de mărginire individuală este rezultatul firesc al procesului nostru de gândire liniar. Aşa cum am văzut mai devreme, concepţia cabalistă susţine însă că conştiinţa este un continuum holistic. Într-un cadru de referinţă holistic, în care

toate părţile componente sunt complete şi reprezintă copii ale întregului, totul în univers este - prin definiţie - în totalitate interconectat.[15]

În vreme ce formele inferioare de conştiinţă au posibilităţi limitate în ceea ce priveşte modul în care li se va desfăşura viaţa, conştiinţa umană se află pe un cu totul alt nivel: se poate conecta cu sursa sa şi are capacitatea de a opta liber. Putem analiza implicaţiile vieţii şi putem reflecta asupra lor, putându-ne mişca liber în direcţia aleasă. Astfel ne putem angaja în activităţi care considerăm că vor ridica nivelul conştiinţei noastre şi a celor din jurul nostru.

De fiecare dată când facem ceva ce ridică nivelul conştiinţei, înălţăm scânteile de divinitate la un nivel superior. Aceasta se numeşte *tikun ha-nefeş*, îndreptarea sufletului, şi *tikun ha-olam*, îndreptarea lumii, aducerea ei mai aproape de sursa sa. Deşi, la început, ideile de îndreptare a sufletului şi îndreptare a lumii par diferite, în realitate ele nu pot fi separate; nu putem înălţa scântei de divinitate în noi fără a le înălţa pe cele din lume şi viceversa. Şi, ceea ce-i mai important, potrivit Cabalei, procesul de extindere a conştiinţei în noi şi pentru care existăm în lume este motivul fundamental pentru care existăm. De fapt, dacă nu facem nici un efort să ne elevăm propria conştiinţă şi pe cea a lumii, abdicăm de la calitatea de oameni.

Putem să ne ajutăm pe noi şi pe alţii în multe feluri. *Talmudul* spune: „Acestea sunt preceptele de ale căror roade ne bucurăm în această lume, dar al căror principiu fundamental rămâne intact pentru noi în lumea viitoare. Ele sunt: respectul şi cinstirea datorate mamei şi tatălui, obişnuinţa făptuirii actelor de bunătate şi milostenie, începerea de la vârstă fragedă a frecventării caselor de studiu, ospitalitatea arătată musafirilor, vizitarea bolnavilor, înzestrarea miresei, însoţirea morţilor pe ultimul drum, cufundarea evlavioasă în rugăciune, cultivarea păcii şi înţelegerii între oameni..."[16]

În plus, mistica iudaică prezintă sute de alte practici spirituale pentru îndreptarea sufletelor şi înălţarea scânteilor de

sacralitate. În viaţa modernă, învăţăm deseori să cultivăm negativismul. Majoritatea talk-show-urilor radiofonice încurajează acest proces. Dar învăţaţii spun că negativismul ne îndepărtează de omenesc şi de Dumnezeu prin aceea că, din punct de vedere psihologic, ne acoperă inimile cu o membrană groasă. Ni se recomandă cu fermitate să evităm cultivarea gândurilor negative şi proferarea unor declaraţii negative la adresa altora. Ideea este să cultivăm stări de spirit pozitive, ceea ce se poate realiza în multiple feluri: petrecând zilnic perioade de timp de calitate în contemplaţie, meditaţie şi rugăciune; printr-un trai adecvat, în aşa fel încât să evităm producerea, directă sau indirectă, de efecte dăunătoare asupra oricărei forme de viaţă; fiind modeşti în nevoile noastre, respectând nevoile celorlalţi şi mulţumindu-ne cu situaţia noastră în viaţă; şi renunţând la mândrie şi invidie.

Desigur că aceste idei se cunosc demult. Ca gânduri, sunt nobile. Ca acţiuni, au putinţa de a ne transforma. Când acţionăm sub impulsul acestor idei, nu numai că ne facem propriile vieţi mai armonioase, dar aducem şi lumea mai aproape de stadiul conştiinţei mesianice.

Latura mistică a iudaismului s-a concentrat întotdeauna pe dezvoltarea unor practici spirituale care să ne conducă la stări de conştiinţă mereu mai extinsă. Conştiinţa extinsă înseamnă o grijă sporită faţă de tot ceea ce există: oameni, animale, plante şi întreaga natură. Odată cu conştiinţa mai extinsă se dobândeşte şi un nou fel de iubire şi compasiune pentru toate fiinţele. Prin definiţie, conştiinţa sporită înseamnă un individualism diminuat, pentru că simţul de identitate al eu-lui personal se dizolvă continuu, pe măsură ce ne contopim tot mai mult într-o vastă interconectare cu întreaga Creaţie.

În vremurile biblice, scopul acestui gen de practici de sporire a conştiinţei era profeţia. În vremurile talmudice, scopul era de a dobândi acces la carul mistic, astfel încât persoana să poată pătrunde în niveluri superioare de conştiinţă. În vremurile hasidismului, scopul era anihilarea simţământului de sine pentru a realiza comuniunea cu Dumnezeu.

În vremurile noastre, scopul înălțării scânteilor de divinitate nu însemnă nimic altceva decât realizarea conștiinței mesianice a întregii umanități. În acest context, individul nu poate fi separat de întregul global; iluminarea colectivă a omenirii este la fel de importantă precum concentrarea pe realizarea personală a acesteia. Astfel, practicile pe care le discutăm nu numai că intensifică dezvoltarea personală, ci mișcă totalitatea Creației mai aproape de realizarea conștiinței elevate.

IDEALUL MESIANIC

Deși idealul mesianic nu este menționat deloc în *Tora*, înțelepții talmudici au discutat pe larg problema. Ei afirmă că șapte lucruri au fost create înainte de facerea lumii: *Tora*, căința, Grădina Edenului, Ghehinom (iadul), Tronul de Slavă, Templul și numele lui Mesia[17], susținând că aceste șapte aspecte sunt piloni pe care se sprijină și de care depinde Creația. Se implică totodată ideea că, întrucât aceste șapte lucruri au fost create înaintea Genezei, ele reprezintă realități ce nu sunt limitate de timp și spațiu.

Înțelepții talmudici credeau că mesia simbolizează sfârșitul răului Discuțiile din *Talmud* se concentrează deseori pe cum vor fi lucrurile în vremurile mesianice.[18] Totuși, unul dintre învățați, rabi Zera, stăruia pe lângă toți cei ce calculau când se va instaura conștiința mesianică, spunându-le: „Vă conjur să nu o amânați [irosindu-vă inutil timpul și încurcându-vă în ipoteze], pentru că se știe că trei evenimente sunt cele care se petrec atunci când te aștepți mai puțin: venirea lui Mesia, găsirea unui obiect pierdut și apariția unui scorpion".

Potrivit spuselor lui rabi Zera, cât timp anticipăm venirea lui Mesia, speranțele și așteptările noastre pot avea exact efectul opus.[19] Precizarea subtilă făcută de rabi Zera este că trebuie să fim prezenți în momentul de acum și aici pentru a

atinge nivelul de conştientizare necesar ca să putem dobândi conştiinţa mesianică. Anticiparea, prin natura sa, ne scoate din momentul prezent.

De fapt, în Cabala sunt menţionaţi doi Mesia, unul din descendenţa pe linia lui Iosif, iar celălalt din neamul lui David. Ca în cazul tuturor conceptelor mistice, predicţiile privind modul de manifestare al acestor Mesia, durata lor de viaţă şi cum va fi viaţa pe timpul existenţei lor sunt extrem de divergente.

Abraham Abulafia avea convingerea că Mesia reprezintă intelectul uman dezvoltat la cea mai înaltă capacitate a sa.[20] Rabi Levi ben Abraham, care a fost contemporan cu Abulafia, îl asemuia pe Mesia din neamul lui David cu judecata speculativă.[21]

Teza lurianică este că venirea lui Mesia se realizează prin pregătirea continuă a oamenilor care înalţă în permanenţă scânteile de divinitate până când, în cele din urmă, lumea dobândeşte o conştiinţă elevată. La vremea aceea, apariţia unei fiinţe care va întruchipa toate caracteristicile unui Mesia va fi rezultatul acestei conştiinţe şi nu mesagerul anunţând instaurarea ei.[22] Concepţia lui Luria reprezintă contextul în care a fost prezentată conştiinţa mesianică în această carte.

Vechea concepţie asupra lui Mesia afirmă că un mântuitor va apăra într-una din două ipostaze: fie că lumea va fi pregătită pentru asta, fiind într-o stare foarte bună, fie că se va afla într-o asemenea decădere încât va fi la limita colapsului total. În ambele ipostaze, Mesia este speranţa de viitor.

Aceste teze implică faptul că Mesia este un mântuitor, un salvator. El are o prezenţă ce emană pace, ceea ce are înrâurire asupra a tot şi a tuturor. Un exerciţiu simplu de meditaţie ne poate face să cunoaştem cum va fi această experienţă.

Poate doriţi să încercaţi. Acordaţi-vă câteva minute libere şi imaginaţi-vă ce s-ar întâmpla dacă Mesia ar intra în încăpere. Gândiţi-vă la un episod petrecut în ultimele două-trei zile şi imaginaţi-vă cum s-ar fi derulat acesta dacă ar fi fost

prezent Mesia. Cum ați fi acționat dumneavoastră? Cum ar fi acționat alții? Cum v-ați fi simțit? Închideți pentru câteva minute ochii și gândiți-vă la asta.

Când ne imaginăm prezența lui Mesia, este caracteristic să ne gândim la lucruri cu mai multă bunătate și milostenie, o mare blândețe, un calm desăvârșit, o extraordinară liniște și pace, o înțelegere profundă, grijă și atenție infinită, o enormă compasiune și empatie și așa mai departe. Prezența lui Mesia este un vis nutrit de inimile tuturor.

Întrebarea pe care trebuie totuși să ne-o punem este: „Ce așteptăm?"

Noua concepție susține că, în timp ce așteptăm să se întâmple ceva, ne dezechilibrăm, pentru că permanent ne „proiectăm în viitor". Ori de câte ori ne preocupăm de viitor ne scapă ceea ce se întâmplă în momentul de față. Așa cum arăta rabi Zera, de câte ori facem presupuneri cu privire la venirea lui Mesia, ne îndepărtăm de elementul esențial necesar pentru realizarea conștiinței mesianice, care înseamnă a fi pe de-a-ntregul prezent aici și acum.

Nu este deloc greu să cădem în capcana pierderii din vedere a ceea ce se întâmplă în prezent în timp ce ne facem planuri de viitor. La bătrânețe, iubiții mei părinți, Dumnezeu odihnească-le sufletele, si-au petrecut mai multe sejururi de vacanță în țări străine, în locuri pe care visaseră toată viața să le poată vedea. În timpul călătoriei, din grija de a ajunge la timp pentru a prinde legăturile cu alte mijloace de transport, de a-și asigura rezervările la hotel și de a ști unde iau masa, se pregăteau în permanență pentru ceea ce urma să se întâmple. Erau gata de plecare cu multe ore înainte de o deplasare programată și, deseori, nu dormeau în noaptea premergătoare de teamă că nu vor auzi deșteptătorul și nu se vor trezi la timp. Se mândreau cu faptul că n-au pierdut niciodată trenul sau avionul, dar, desigur, deseori nu reușeau să aprecieze cum se cuvine locurile în care se aflau. Numai instantaneele fotografice din respectivele localități îi readuceau în atmosfera experienței acelui moment și, chiar și atunci, aveau deseori

divergenţe în ceea ce priveşte locul exact în care fusese făcută fotografia.

Cu toţii facem acest lucru într-un fel sau altul. Ne spunem: „Când mă voi pensiona voi avea grijă să-mi îmbunătăţesc calitatea vieţii"; „când copiii se vor duce la casele lor, vom avea timp să ne bucurăm de viaţă în tihnă"; „când mă voi fi achitat de această obligaţie, mă voi simţi mai bine". Ne proiectăm în viitor, nutrind speranţe.

Speranţele de viitor ne desensibilizează faţă de ceea ce se întâmplă chiar acum, în prezent. Ne închidem - în încercarea de a eluda neplăcerile experienţei prezentului - în contemplarea a ceea ce sperăm sau ne aşteptăm să fie un viitor mai bun. Adevărul este însă că, deşi fiecare neplăcere din viaţa noastră până la urmă se sfârşeşte, este absolut sigur că va apărea o alta. Drept consecinţă a ignorării acestui fapt, mulţi dintre noi ne petrecem viaţa într-un fel de amorţeală şi negare a existenţei problemelor, aşteptând ca dificultăţile vieţii să ia sfârşit.

Aşteptarea este contrară propriilor noastre interese. Avem la dispoziţie tot ce este necesar. Înţelegerea acestui lucru este deseori mascată de văluri, dar, pe măsură ce îndepărtăm aceste văluri prin intermediul exerciţiilor de ridicare a stării de conştienţă şi al acţiunilor de perfecţionare a propriilor noastre persoane şi a lumii, descoperim că tot ce ne-am dorit vreodată este chiar aici.

Conştiinţa mesianică nu este ceva ce se va întâmpla în viitor; ea face parte din natura noastră intrinsecă. este dreptul nostru din naştere şi este accesibilă nouă tuturor, aici şi acum. Deşi camuflată timp de milenii întregi de norii ignoranţei, lumina ei continuă să strălucească în scânteile de divinitate din miezul fiinţelor noastre. În pofida faptului că acest ideal pare de neatins, Cabala susţine că tot ce avem de făcut este de a crea un spaţiu în lăuntrul nostru pentru conştiinţa elevată, şi vom fi imediat umpluţi de o nouă luminiscenţă. Aşa cum spune Atotputernicul: „Daţi-mi o deschizătură nu mai mare decât urechea unui ac şi eu o voi lărgi într-una atât de mare încât vor putea trece prin ea căruţe şi furgoane".[23]

CALEA UNUI *ŢADIK*
(Iluminarea iudaică)

Îndrumând discipolii pe calea absolută a conştiinţei, *Talmudul* consemnează, citându-l pe rabi Fineas ben Jair: „Studiul conduce la rigoare, rigoarea duce la vigilenţă, vigilenţa conduce la curăţenie, curăţenia duce la moderaţie şi cumpătare, cumpătarea conduce la puritate şi neprihană, puritatea duce la cucernicie, cucernicia duce la umilinţă şi smerenie, smerenia conduce la teama de păcat, teama de păcat duce la sfinţenie, sfinţenia conferă spiritul sfânt (profeţia), iar spiritul sfânt conduce la viaţa eternă."[24]

Fiecare din cele douăsprezece etape reprezintă un proces spiritual complex ce conţine multe elemente de practică. Un cabalist cunoscut din secolul al treisprezecelea, Moise Haim Luzzatto, a scris o lucrare întreagă numai pe acest subiect.[25] În esenţă, cartea lui descrie în amănunt ceea ce se poate numi calea iudaică de dobândire a iluminării.

În limbaj modern, prin adăugarea instrumentelor de contemplaţie la învăţăturile tradiţionale ale iudaismului putem formula un model de iluminare similar: Învăţătura conduce la consideraţie şi respect, respectul duce la generozitate, generozitatea conduce la acte de bunătate şi bunăvoinţă, actele de bunătate conduc la cumpătare în modul de viaţă, cumpătarea duce la puritate în gândire, puritatea gândului conduce la bucurie, bucuria duce la smerenie şi lipsă de vanitate, smerenia conduce la înfricoşată şi respectuoasă uimire, uimirea duce la netulburata seninătate, seninătatea conduce la stări de spirit extraordinare, iar aceste stări duc la viaţa eternă (Conştiinţa Divină, Dumnezeiască).

Urmând acest model, am combinat douăsprezece căi de elevare a conştiinţei din iudaism cu exerciţii spirituale, meditaţii şi povestiri hasidice. În felul acesta ne putem da

seama nu numai de cum arată scara, ci putem şi învăţa cum să urcăm pe ea. Oricine doreşte să exploreze calea iluminării iudaice îşi va putea crea un program personal de practici specifice.

1. CALEA ÎNVĂŢĂTURII

Studiul *(Talmud Tora)* este prima treaptă a scării - baza de la care se poate urca mai departe. Ideea esenţială a acestei practici de fundamentare este de a ne restructura sistemul de priorităţi. În acest context, studiul înseamnă să dedicăm un anumit timp din viaţă în scopul dobândirii înţelepciunii spirituale. însăşi acţiunea de extragere a conştientului din zona preocupărilor cotidiene şi concentrarea lui în studiul textelor spirituale ne afectează direct viziunea asupra lumii. Chiar dacă rezervăm pentru aceste activităţi numai treizeci-patruzeci de minute pe zi, rezultatele se vor putea vedea rapid.

Folosită intensiv, calea învăţăturii poate fi un proces de meditaţie. La fel cum muzicienii, sportivii şi ceilalţi oameni care se antrenează sau exersează zilnic timp de ore în şir pentru dezvoltarea anumitor deprinderi şi calificări specifice ajung să aibă stări de conştiinţă modificate, tot astfel, după ore de studiu spiritual, dobândim un nou mod de a vedea lucrurile.

Concentrându-ne zi de zi asupra unei îndatoriri, viziunea noastră asupra lumii se modifică. Dacă ceea ce facem este de un nivel spiritual elevat, ne ajută; dacă nu, dobândim o viziune distorsionată asupra lucrurilor. Astfel, exprimat în termenii cei mai generali, calea învăţăturii este procesul de perfecţionare a conştiinţei noastre prin dedicarea zilnică de timp pentru studiul materialelor înălţătoare.

Atunci când citim cărţi cu conţinut inspirator, inimile ni se îmbunează. Practicarea acestei căi înseamnă însă mai mult decât ocazionala lectură a unei cărţi pe această temă. Este mai degrabă vorba de instituirea obiceiului de studiu zilnic,

prin care adăugăm continuu argumentul spiritual şi mistic în viețile noastre. Pornind de la această bază, putem trece la practici mult mai complexe.

2. CALEA RESPECTULUI

Nivelul următor constă în a dezvolta calitatea rigorii *(zhirut)*, care provine din realizarea că nu există acțiuni, cuvinte sau gânduri întâmplătoare. Prin urmare, suntem foarte atenți la tot ceea ce facem. A fi riguros implică faptul că avem o fundamentare pentru a deosebi acțiunile benefice de cele dăunătoare. Această capacitate de a distinge se formează prin studiu şi observare atentă. Se spune că trei sunt lucrurile care ne pot distrage de la abilitatea de a dezvolta rigoarea în viață: prea multă implicare în cele lumeşti, prea multă frivolitate şi o prea mare asociere cu oameni ce aparțin domeniilor de conştiință inferioare.[26]

Una din cele mai bune practici spirituale prin care putem cultiva rigoarea este de a ne obişnui să fim foarte atenți la modul cum vorbim. Înainte însă de a intra în amănunte, să ne bucurăm de o frumoasă povestire hasidică ce evidențiază tocmai acest aspect.

Iosele, avarul cel sfânt

Odată, un cerşetor pe nume Koppel a ajuns într-un oraş necunoscut lui şi s-a dus direct în cartierul cel mai bogat în căutare de bani. A văzut o casă mare şi frumoasă şi a sunat la uşă. Stăpânul casei, Iosele, la invitat înăuntru. Au stat aşa puțin, la un ceai cu prăjituri, şi au discutat despre multe lucruri. În cele din urmă, Iosele l-a întrebat pe Koppel, cerşetorul, ce dorea. Nu era nici un mister, a spus Koppel, că avea nevoie de ceva bani pentru a-şi găsi un loc unde să stea şi nişte mâncare.

Ei bine, schimbarea de atitudine a lui Iosele a fost de 180 de grade. Faţa i s-a întunecat de mânie. A răcnit câteva obscenităţi la Koppel şi l-a aruncat în stradă, strigându-i să nu se mai întoarcă niciodată.

Koppel s-a scuturat de praf, aranjându-şi puţin ţinuta şi s-a dus la liderul spiritual al oraşului, rabi Kalman. Bunul rabi l-a sfătuit pe Koppel unde să se ducă la cerşit şi unde nu. Un lucru să ţii minte pentru totdeauna, a spus el, să nu încerci niciodată să scoţi ceva de la avarul oraşului care locuieşte într-o casă mare din cartierul bogat şi pe care-l cheamă Iosele.

- Dar l-am cunoscut deja, a spus Koppel.

- Aşa, *nu*? a întrebat rabi.

- Aveţi dreptate. La început a fost amabil. Dar când i-am cerut bani, m-a dat afară în brânci.

- Aşa e el, a spus Kalman. Pare o persoană drăguţă, dar, *oi vei*, ce fire are!

Aşa că, Koppel, cerşetorul, a urmat sfatul lui rabi şi a găsit un loc unde să locuiască. Trebuie să fi făcut ceva cum trebuie pentru că vinerea următoare, când s-a trezit, a descoperit sub uşă un plic ce conţinea exact suma de bani necesară pentru a-şi cumpăra de-ale mâncării de Şabat şi a se descurca în restul săptămânii.

În următoarea dimineaţă de vineri s-a petrecut, din nou, acelaşi lucru. Şi aşa a continuat totul luni de-a rândul. În fiecare vineri dimineaţa, un prieten anonim îi strecura pe sub uşă bani. În acest fel, totul era bine pentru Koppel, cerşetorul.

Într-o zi, rabi Kalman a auzit că Iosele, avarul, era foarte bolnav şi că, după toate probabilităţile, se putea chiar să moară. Bunul rabi s-a dus să-l viziteze. A vorbit cu el şi i-a spus:

- Iosele, viaţa ta ar putea lua sfârşit curând, dar încă mai ai timp să-ţi răscumperi greşelile. Oamenii din acest oraş sunt supăraţi pe tine şi nu ai nici un singur prieten. Nu ai nici măcar pe cineva care să se îngrijească să te îngroape. De ce nu faci ceva să îndrepţi lucrurile?

Iosele, şi-a întors capul şi s-a uitat în ochii rabinului:

- Ce credeţi că ar trebui să fac? a întrebat.

Rabi Kalman a dat din colţ în colţ, bâiguind şi mormăind, iar apoi a îngăimat pe un ton agitat:

- Poate... poate c-ar trebui să te gândeşti la... uh! să dai ceva *ţedakah* (milostenie) - grăbindu-se să adauge într-o suflare - căci, după cum ştii şi tu şi ştie toată lumea, *ţedakah* deschide porţile raiului. Acum chiar...

Dar n-a continuat pentru că Iosele închisese ochii şi-şi întorsese faţa la perete. La plecare, rabi Kalman se gândea cu tristeţe: *„Avarul tot avar rămâne"*.

Iosele a murit. Pentru că nu avea nici un fel de prieteni şi în întreaga casă nu s-au găsit deloc bani, a fost înmormântat ca cei mai nevoiaşi dintre oameni. Doar o groapă, fără nici un însemn.

În următoarea zi de vineri dimineaţa, Koppel, cerşetorul, a fost uluit să constate că sub uşa lui nu era nici un plic. Nimic. A simţit un nod în stomac. Venea Şabatul şi nu avea bani deloc. Se obişnuise în toate aceste luni să trăiască tihnit şi să nu-şi facă griji şi aproape că uitase arta de a cerşi. ce era de făcut?

Koppel a alergat la rabi Kalman. Când a ajuns, ce zarvă era acolo. În sufragerie se îngrămădeau toţi cerşetorii din oraş. Toţi povesteau acelaşi lucru. Donaţia anonimă pe care o primeau în fiecare vineri dimineaţă nu mai sosise. După ce au analizat un timp lucrurile, au ajuns la concluzia că o singură persoană din oraş putea fi donatorul secret: Iosele, avarul.

Au decis să pună mână de la mână din puţinele lor resurse financiare şi să-i ofere lui Iosele o înmormântare cum se cuvine, ceea ce au şi făcut în duminica următoare. Slujba a fost oficiată de rabi Kalman. La sfârşitul ceremoniei, acesta s-a simţit slăbit şi s-a lungit pe iarbă. A fost cuprins de un somn adânc şi a avut un vis. În vis i s-a arătat Iosele. Rabi Kalman i-a cerut mii de scuze pentru faptul de a fi permis să fie îngropat ca un sărac şi încă mai multe pentru că a avut gânduri defavorabile la adresa lui.

- Nu-ți face griji în privința mea, a spus Iosele. Am avut o participare de frunte la funeraliile mele. Pentru că a venit Abraham și a venit și Moise. La fel David și Isaac și Iacob. Au venit cu toții. Au fost niște funeralii frumoase.

- Atunci, ce putem face pentru tine, Iosele? a întrebat rabi. Ne simțim cu toții atât de prost față de tine.

Iar Iosele a răspuns:

- De fapt, nu prea aveți ce face. În rai sunt de toate. Și a continuat pe un ton oarecum incisiv: Trebuie să spun însă că este ceva ce-mi lipsește. Aici nu pot să ajut pe nimeni; la urma urmelor, aici e raiul. dar nu mă mai pot bucura de sentimentul pe care-l aveam în diminețile de vineri, înainte de răsăritul soarelui, când duceam plicurile la destinație. S-au sfârșit pentru mine acele vremuri. Vreau doar să știi că sunt unele lucruri mai importante chiar decât raiul!

La puțin timp după ce a fost înmormântat, locuitorii orașului au pus o piatră funerară pe mormântul lui. Pe ea era scris: „Aici odihnește Iosele, avarul cel sfânt".

Calea respectului ne învață că nu avem niciodată căderea de a judeca pe altcineva. Iosele avea propria manieră de a face lucrurile. Simțea nevoia să rămână anonim și singurul mod în care știa să facă asta era să simuleze mânia când oamenii îi cereau bani. Astfel încât și-a ridicat împotrivă tot orașul. Chiar și rabi avea îndoieli în privința lui. Îl vorbeau urât pe la spate și îl izolaseră. O, de-ar fi știut ei adevărul!

Multe povestiri hasidice au teme asemănătoare, relatând despre paria ai societății care se dovedesc în realitate a fi sfinți, ascunși sub o aparență înșelătoare. Oamenii din jurul acestor persoane vorbesc sau acționează fără pic de considerație față de ele. Descoperă abia prea târziu că au pierdut ocazia să afle secretele universului.

Dar mai important decât ceea ce se pierde este faptul că, atunci când au gânduri negative despre alții, asupra oamenilor apasă o povară a întunecimii. Când bârfim pe cineva, credem poate că ne distrăm pur și simplu pe seama

persoanei respective, dar, îndeobşte, simţim o oarecare jenă, un fel de disconfort, şi sperăm că nu e nimeni după colţ care să audă ce spunem. De fapt, când un prieten descoperă întâmplător că l-am bârfit, încurcătura în care ne punem este enormă.

Cleveteala este insidioasă şi periculoasă. Un cuvânt folosit nelalocul lui poate distruge reputaţia cuiva într-o secundă, poate ruina o viaţă. Un cuvânt plantat în mintea cuiva poate otrăvi o relaţie pentru totdeauna.

În majoritatea cazurilor, cleveteala se face fără rost. Ne trecem timpul discutând despre alţii, fără intenţia de a fi maliţioşi. Este modul de a împărtăşi informaţii. Dar preceptul referitor la *laşon hara*, „limba otrăvită" (exprimarea cu caracter defăimător sau detractor) susţine că aproape orice se spune despre o terţă persoană are capacitatea de a face rău, într-un mod insidios, atât persoanei în cauză, cât şi celor care poartă discuţia.

Efectiv, orice birou de instituţie sau companie, orice grup organizat şi orice comunitate spirituală sunt atacate de filoxera bârfei. Ne petrecem un volum imens de timp vorbind unii despre alţii. De zeci de ori au venit la mine oameni în lacrimi, spunând: „Ea a spus că el a zis că ea a afirmat... aşa şi aşa despre mine". Desigur, dacă reluăm traseul spuselor înapoi, până la sursa originară, acuzatul va declara invariabil: „N-am spus eu niciodată aşa ceva!"

Vorbirea cu caracter detractor este ceva atât de obişnuit că, îndeobşte, nici nu ne dăm seama că procedăm astfel chiar după ce o facem. Suntem atât de deprinşi să clevetim fără rost în conversaţiile noastre uzuale încât nu realizăm ce efect are faptul asupra noastră şi ce efect poate avea asupra altora.

În practica spirituală de urmărire cu atenţie a modului în care vorbim, observăm ce vorbim şi, în special, ceea ce spunem despre alţi oameni. Idealul este de a minimaliza - dacă nu chiar a elimina - discuţiile negative despre oameni, fie că îi cunoaştem ori nu.

Încercarea de a ne cenzura vorbirea este un proces interesant. Un profesor mi-a spus că, atunci când a încercat să excludă referirile la alte persoane din conversaţiile sale obişnuite, a descoperit că 90 la sută din discursul său zilnic era, într-un fel sau altul, legat de bârfă. Asta înseamnă că a observat că subiectul conversaţiei conduce la bârfirea cuiva în nouă din zece ocazii. Chiar dacă, în cazul dumneavoastră, raportul este numai de cinci din zece, înseamnă că jumătate din lucrurile despre care vorbiţi conduc curând la discutarea altor persoane.

Vorbirea fără rost şi în necunoştinţă de cauză despre alţii inversează procesul de înălţare a scânteilor de divinitate: nu le înălţăm, ci le coborâm; încapsulăm scânteile în învelişuri de dezinformare, distorsionare a faptelor, de invenţii şi simplă înţelegere greşită. Toţi cei pe care îi cunosc se fac vinovaţi de asta, inclusiv eu însumi. Vorbim despre alţi şi suntem cu toţii, la un moment sau altul, subiect al vorbirii cu caracter detractor, atunci când alţii vorbesc despre noi.

Următorul exerciţiu spiritual este menit să ne repare propriile suflete şi să îndrepte, în acelaşi timp, lumea. Aceia care-l vor putea face vor fi uimiţi să descopere câtă aplicabilitate are în viaţa noastră cotidiană.

Practicarea respectului

1. Începând de acum, de fiecare dată când terminaţi o conversaţie cu cineva, încercaţi să reflectaţi timp de două-trei minute la subiectul conversaţiei. Încercaţi să vă amintiţi toate persoanele menţionate pe parcursul discuţiei. Ce s-a spus despre ele? Ce simţiţi în legătură cu fiecare din ele? Dumneavoastră aţi adus persoana în discuţie sau altcineva a făcut-o? Observaţi acest lucru şi, dacă aveţi timp, notaţi-vă câteva elemente pentru a le putea reţine.

2. După ce aţi practicat un timp reflecţiile de la punctul 1, veţi deveni mai sensibil faţă de acest subiect. Observaţi cum

este adusă în discuţie o persoană. Pur şi simplu întâmplător? Există, de obicei, o asociaţie de idei care face ca persoana să fie adusă în discuţie? Cum se modifică energia conversaţiei când este menţionat numele persoanei? Observaţi dacă vă simţiţi în largul dumneavoastră sau dacă resimţiţi o tensiune atunci când îi discutaţi pe alţii. Când aveţi timp, notaţi-vă aceste detalii.

3. În câteva săptămâni veţi fi pregătit să vă autocenzuraţi. În timpul unei conversaţii, când simţiţi impulsul de a menţiona numele cuiva, încercaţi să vă reţineţi. La început asta vi se va părea greu. Dar continuaţi să exersaţi. Ocazional, veţi menţiona oricum numele în cauză. Observaţi ce se întâmplă cu conversaţia în acele momente la cel mai subtil nivel pe care-l puteţi detecta. Încercaţi să vă cenzuraţi cât mai des cu putinţă.

4. În alte câteva săptămâni veţi obţine unele succese în autocenzurare. Acum procesul devine tot mai dificil. Veţi observa că alţii introduc nume de persoane în conversaţie. Încercaţi să orientaţi cu delicateţe conversaţia într-o altă direcţie, fără să-i ofensaţi pe ceilalţi participanţi. Dacă puteţi, treceţi repede peste subiect sau încercaţi să ignoraţi remarca prin care a fost introdusă în conversaţie o a treia persoană. Nu este uşor de făcut şi este nevoie să exersaţi mai mult timp. Dacă metoda aceasta subtilă nu are efect, încercaţi cu delicateţe o abordare mai directă: „Aş prefera să nu vorbesc acum despre această persoană, dacă nu ai nimic împotrivă. Să discutăm despre altceva".

Obiceiul de a flecări cu moderaţie este înnăscut în noi toţi. Odată ce putem minimaliza sau elimina bârfa, descoperim un suflu nou în relaţiile noastre de comunicare. Vorbim mai puţin şi despre mai multe lucruri importante. Însă, când prăjim pe cineva în focul persiflant al bârfei, nu putem să nu ne murdărim şi noi. Pe toţi îi pătează spuza bârfei - pe oamenii despre care vorbim, pe cei care ascultă şi persoana care bârfeşte. Faptul afectează modul în care vom gândi despre

persoana în cauză şi în care ne vom raporta la ea de atunci înainte.

Deşi în momentul respectiv ne putem simţi incitaţi, sfârşim prin a avea o strângere de inimă pentru că ştim că unui suflet i se face rău prin acest gen de flecăreală. Astfel că, dobândirea capacităţii de stăpânire de sine în acest domeniu reprezintă un beneficiu imens pentru lume. Se spune că deprinderea măiestriei unei vorbiri iscusite şi adecvate este una din cele mai desăvârşite şi pline de satisfacţii căi de dezvoltare spirituală accesibile nouă.

3. CALEA GENEROZITĂŢII

După dezvoltarea capacităţilor din domeniul rigorii, ne îndreptăm atenţia către calitatea pe care anticii o numeau vigilenţă *(zrizut)*. Uneori termenul este tradus ca zel, dar noţiunea presupune o concentrare preponderentă pe caracteristicile de conştienţă perspicace şi interes activ. De exemplu, putem face cuiva un serviciu fără tragere de inimă sau putem face acelaşi lucru plini de zel şi bunăvoinţă.

Când luăm în considerare efectele faptelor noastre bune asupra desfăşurării continue a Creaţiei, dându-ne seama că suntem co-parteneri în acest proces, ne dezvoltăm însuşirea de interes activ. Pe de altă parte, când manifestăm aversiune faţă de orice îndatorire, preferând confortul nostru personal, ne pierdem acest simţământ de interes.[27]

Una din cele mai clare expresii ale interesului activ este generozitatea. Implicit, generozitatea presupune grija faţă de ceilalţi. Ori de câte ori dăm din lucrurile noastre, ne eliberăm câte puţin din confuzia simţământului de identitate personală, care ne facem să ne simţim separaţi de lume şi, în ultimă instanţă, alienaţi.

Oferirea de *ţedakah* (milostenie) este considerată de *Talmud* ca una din cele mai importante acţiuni din repertoriul omenescului capabile să înalţe scântei de divinitate. Acest

lucru este clar precizat: „În lume au fost create zece lucruri puternice, tari. Piatra este tare, dar fierul o sfărâmă. Fierul este tare, dar focul îl înmoaie. Focul e puternic, dar apa îl stinge. Apa e puternică, dar e purtată de nori. Norii sunt puternici, dar vântul îi risipeşte. Vântul e puternic, dar corpul îl respiră. Corpul e puternic, dar frica îl biruie. Frica e puternică, dar vinul o alungă. Vinul e tare, dar somnul îi şterge efectul. Moartea este mai puternică decât toate, iar *ţedakah* ne salvează de moarte, aşa cum stă scris: «*Ţedakah* ne izbăveşte de la moarte» (*Proverbe* 10:2)."[28]

Ideea că *ţedakah* ne izbăveşte de moarte este interpretată atât literal, cât şi figurat. Literal, când cineva este grav bolnav, familia lui face tot posibilul şi dă de pomană celor în nevoie la maximul putinţelor sale. Acest procedeu se bazează pe concepţia despre care am vorbit mai devreme, şi anume, că patru lucruri pot schimba soarta: milostenia, rugăciunea, schimbarea de viaţă sau de comportament şi schimbarea numelui.

La figurat, puterea *ţedakah* de a birui moartea este derivată din concepţia mistică potrivit căreia va veni o vreme când ne vom raporta la moarte într-un mod cu totul diferit. *Ţedakah*, înţeleasă ca act de dreptate şi justiţie prin care se exprimă Voinţa Divină, în sensul ei cel mai adevărat, implică dezinteresare, altruism. Iar dezinteresarea presupune mai puţină preocupare faţă de moarte, pe baza realizării că ceva mai presus de acest trup este interconectat cu întreaga Creaţie. Astfel, milostenia dezinteresată, *ţedakah*, este prin definiţie o victorie asupra morţii.

Ţedakah şi *şnorer*

Pe când locuiam la Ierusalim, mă duceam adesea la Zidul de Apus pentru rugăciunile de dimineaţă. Luam cu mine obiectele rituale, *talit* şi *tefilin*, şi întotdeauna îmi umpleam buzunarele cu monede. Zidul de Apus este un magnet ce atrage

o mare varietate de *şnorer*[29], oameni care cer milostenie de la toţi trecătorii.

Turiştii se arată adesea iritaţi de *şnorer* pentru că aceştia obişnuiesc să-i abordeze fără nici o decenţă. Poţi să stai în faţa Zidului cu ochii închişi, în mijlocul unei rugăciuni, şi să simţi deodată că te trage cineva de mânecă, însemnând că a mai apărut un *şnorer*. Uneori, acesta chiar se uită pe cartea ta de rugăciuni pentru a se asigura dacă te afli sau nu la secţiunea numită Amida, o rugăciune esenţială care necesită linişte şi concentrare. Dar lucrurile nu se petrec întotdeauna aşa pentru că eu personal am fost întrerupt de nenumărate ori şi în timpul rugăciunilor ce presupun tăcere.

Metoda mea din acele timpuri era să scot repede o monedă din buzunar şi s-o dau solicitantului, deseori fără ca măcar să întorc capul pentru a vedea chipul persoanei care primea *ţedakah*. În felul acesta mă achitam de obligaţie cu un minim de distragere a atenţiei. Mulţi dintre oamenii mai în vârstă procedează la fel.

Am avut parte de câteva experienţe interesante în legătură cu nişte *şnorer* remarcabili. Într-o zi, când îmi terminasem rezerva de monede înainte de a-mi termina rugăciunile, un *şnorer* care se afla în zona Zidului în fiecare dimineaţă, a venit la mine cu mâna întinsă. L-am întrebat dacă avea să-mi dea restul de la o bancnotă de 50 de şecheli, care în vremea aceea făcea aproximativ 40 de dolari. El şi-a băgat mâna în buzunar şi a scos un teanc de bancnote, care era clar că însumau câteva sute de şecheli.

Am râs, ştiind că un turist ar fi crezut că acest *şnorer* era un impostor, un escroc. Ce tupeu! Ce *şutpah*! Turistul şi-ar fi închipuit că tipul locuia într-o vilă şi că, probabil, avea milioane la saltea. Dar adevărul era că acest *şnorer* strângea singur fonduri pentru peste douăzeci de familii. Ştiam precis că locuia într-o coşmelie cu o singură încăpere şi că majoritatea celor apropiaţi lui, mai ales familiile cărora le asigura subzistenţa, îl considerau omul cel mai sfânt din viaţa lor.

Un turist mi-a spus că îl nelinişteşte faptul că, după părerea lui, prea mulţi *şnorer* erau aroganţi şi se comportau de parcă erau îndreptăţiţi să primească. Unii, prin comportamentul lor, îl lăsaseră chiar cu impresia că îi făceau o favoare primind ceea ce le dădea! Acest turist reprezintă părerea a foarte mulţi oameni, care cred că cineva care cerşeşte bani trebuie să se arate corespunzător de umil şi să-şi manifeste în mod demonstrativ recunoştinţa. Dar *Talmudul* spune: „Cel care îi determină pe alţii să facă fapte bune este mai presus de aceştia"[30] şi nu există nici un motiv pentru care cineva care cerşeşte să se simtă în vreun fel o persoană inferioară faţă de binefăcătorul său.

Zoharul este şi mai tranşant, afirmând: „Când Atotputernicul iubeşte pe cineva, trimite acelei persoane un dar sub forma unui sărac, astfel încât cel iubit de Dumnezeu să poată face o faptă bună dând milostenie. Prin acest merit, cel care dă milostenie îşi atrage un «cordon de graţie» de la sursa universală de bunăvoinţă, care se va înfăşura în jurul capului său şi îi va imprima un semn pe frunte, pentru ca, atunci când se abate pedeapsa asupra lumii, îngerul distrugător să observe semnul şi să-l lase pe respectivul în pace".[31] Din această perspectivă, dacă suntem în postura de a fi donatori, trebuie să fim reunoscători ori de câte ori avem ocazia de a da milostenie.

La fel cu cerşetorul de care am vorbit mai înainte, mulţi *şnorer* sunt, la rândul lor, donatori pentru alţii. Îmi amintesc de o ocazie când doi *şnorer* au intrat într-o sală de studiu a *ieşiva*, în timpul rugăciunilor de după-amiază, chiar înainte de Marile Sărbători. Aceasta este în mod obişnuit o perioadă când oamenii dau mai multă milostenie, constituindu-şi mai multe merite spirituale şi pregătindu-se astfel pentru ziua judecăţii cereşti ce se apropie. L-am recunoscut pe unul dintre cerşetori. Totdeauna mi s-a părut puţin sărit, mai ales din cauză că ochiul său drept privea într-o parte, în timp ce stângul privea drept înainte. Privirea aceasta şaşie impresiona oamenii şi am observat că aceştia erau, în general, binevoitori cu el. Aproape toată lumea îi dădea bani.

Te aborda întotdeauna cu timiditate, ca un copil, iar, din cauza privirii stranii, părea că se uită, simultan, în ochii tăi şi la ceafa ta.

Celălalt cerşetor era un tip sumbru, cu o înfăţişare fioroasă şi zbârlită. Şi-a târşit picioarele dând ocol încăperii, de-abia oprindu-se din când în când, ţinându-şi palma tremurândă, pe jumătate deschisă, într-o poziţie cam greu accesibilă. Nu a repurtat acelaşi succes precum colegul său în a aduna bani. Când şi-au încheiat turul în jurul sălii de studiu, saşiul avea un pumn de bani, în vreme ce fiorosul avea o sumă de nimica, pe care o ţinea strâns în palmă.

În momentul acela, saşiul s-a apropiat de prietenul său, s-a uitat la suma infimă pe care o primise acesta şi i-a dat o parte din propria colectă. De fapt, poate nici nu erau prieteni. Îi văzusem şi înainte pe fiecare dintre ei, dar separat, iar aceasta a fost singura dată când i-am văzut împreună. Oricum, acesta a fost cel mai emoţionant act de pură şi desăvârşită milostenie pe care mi-a fost dat să-l văd vreodată.

După o perioadă de timp, am început să fiu nerăbdător de a da *ţedakah* ori de câte ori era posibil şi, mai ales, în timpul rugăciunilor. Mi-am dat seama că actul de a da reprezenta deseori o experienţă spirituală mai profundă decât însăşi rugăciunea. Am început să fiu atent la ceea ce se petrecea în mintea mea când eram întrerupt, ca şi cum Dumnezeu m-ar fi chemat prin intermediul acestor *şnorer*.

Am observat totodată că imixtiunea dădea din nou curs procesului meu de gândire. La început, întreruperile mă enervau - ceea ce am realizat mai târziu - era o reflectare a simţului meu de separare şi a iluziei de control asupra situaţiei. Vreau să spun că, atunci când eram enervat, aveam simţământul că un „altceva" exterior intrase în lumea mea şi deranjase conştientul „meu". Simţământul era ca un fel de încordare în inimă şi-n minte. După un timp, decizându-mă să practic donarea indiscriminatorie, încercând să nu trec niciodată pe lângă un cerşetor fără să-i dau ceva, am descoperit că mintea nu-mi mai era atât de încordată, iar inima îmi era

mai deschisă. Această experienţă mi-a transformat propria viziune asupra mea ca individ, felul în care mă raportez la posesiunile mele şi modul în care îmi trăiesc propriul rol de mijloc prin care acţionează Providenţa Divină.

Dăruirea dezinteresată

Filosoful evreu Maimonide a descris mai multe moduri de a oferi milostenie, susţinând că este de preferat ca donatorul să rămână anonim. Una din formele superioare de milostenie, nota el, este de a ajuta o persoană să ajungă să se descurce singură, decât să devină dependentă de bunăvoinţa altora.

Rabi Nahman din Braţlav a afirmat: „Milostenia are puterea de a lărgi intrarea către domeniul sfinţeniei. Când cineva doreşte să apuce pe o anumită cale de devoţiune, persoana în cauză trebuie mai întâi să-şi creeze o deschidere pentru a intra pe noul făgaş. De aceea, orice început este dificil. Dar oferirea de milostenie face ca deschiderea să fie mai largă".[32]

Choygam trungpa Rinpoche, un maestru tibetan care, până la moartea sa survenită în 1987, a exercitat o puternică influenţă asupra adepţilor săi din America de Nord, a fost solicitat odată să indice cea mai importantă calitate necesară pentru realizarea iluminării. A răspuns printr-un singur cuvânt: generozitate. În lumea budistă, aceasta se numeşte *dana*, dăruirea dezinteresată. În iudaism se numeşte *ţedakah*.

Oferirea de *ţedakah* are importanţă pe mai multe planuri. În plan fizic, echilibrează resursele lumii; în plan emoţional, este una din cele mai bune metode de a deschide inimile; în plan intelectual, sparge tiparele ideologice întrucât liniile demarcatoare ale diferenţierilor încep să se estompeze. Dar rezultatul de cea mai profundă însemnătate al oferirii constante de *ţedakah* este imperceptibilul proces de dezintegrare a graniţelor care definesc eul ca separat de ceilalţi.

La început, oferirea de milostenie este resimțită distinct ca un fenomen implicând un subiect și un obiect. *Eu* îți dau *ție*. După un timp însă, caracterul benefic al oferirii se echivalează cu caracterul benefic al primirii și totul se leagă, se interconectează, formând o buclă închisă. Pe unii îi susține, îi întărește, îi hrănește posibilitatea de a da; pe alții, posibilitatea de a primi.

Ideea de *țedakah* adaugă o dimensiune importantă conceptului nostru obișnuit de milostenie. *Țedakah*, ca dreptate, echitate sugerează că este vorba de mult mai mult decât simplul fapt că o persoană ajută o alta.

Înțelepții s-au întrebat cum este mai bine să dai: din inimă sau din obligație? Imaginați-vă un scenariu în care o persoană, care tocmai a încheiat o tranzacție de afaceri, merge pe stradă. Individul respectiv a făcut un profit de o sută de dolari și este obligat să aloce 10 la sută pentru *țedakah*. El întâlnește un cerșetor murdar, respingător și arogant și îi dă acestuia zece dolari. Cerșetorul se uită disprețuitor la bani, scuipă și îi întoarce spatele.

Altă persoană, care și-a îndeplinit deja obligațiile de *țedakah* pe săptămâna respectivă, întâlnește pe stradă o femeie cu un copil în brațe care cerșește. Este impresionată, scoate câțiva dolari din geantă și-i dă femeii. Cerșetoarea este extrem de recunoscătoare și, luând banii, îi zâmbește în semn de adâncă mulțumire.

Care din cele două ipostaze reprezintă forma superioară de *țedakah*?

Deși s-ar putea să credem că a da din toată inima este o expresie mai profundă a autenticei milostenii, înțelepții susțin că cel care dă din obligație realizează, de fapt, forma superioară de *țedakah*. De ce? Pentru că nu se implică personal. Acționează doar ca un canal conductor pentru *țedakah*. Înțelege că bogăția și proprietatea sunt tranzitorii în această stare efemeră pe care o numim viață. Actul de a primi, ca și cel de a da urmează legile naturii și destinului. A da o

parte din belşugul nostru, atunci când putem s-o facem, este o lege naturală de menţinere a echilibrului în univers.[33]

Femeia, pe de altă parte, a simţit că ea însăşi face ceva. A fost personal satisfăcută de a fi ajutat un cerşetor în nevoie. Îşi îndeplinise deja obligaţiile; asta era ceva în plus. Astfel că, fapta ei a fost puţin umbrită de un pic de interes egoist adăugat voinţei lui Dumnezeu. Dar nu e nimic rău în ceea ce a făcut. A fost, în realitate, o faptă minunată, meritorie. O putem cota cu 9,9 conform unui sistem de notare de la 1 la 10. Suntem chiar încurajaţi să dăm cu toţii din inimă.

Exemplul vrea doar să evidenţieze ideea că *ţedakah*, echitatea, dreptatea, cuprind în sine sensul că suntem mijloace prin care se poate manifesta Voinţa Divină. Atunci când motivaţia faptelor noastre este mai curând voinţa lui Dumnezeu decât voinţa noastră personală, echitatea este mai pură.

Talmudul consemnează: „Dacă cineva doreşte neapărat să dea milostenia, Atotputernicul va asigura banii necesari".[34] Teza este exact opusul ideii pe baza căreia funcţionează sistemul nostru normal de supravieţuire, care prevede: „Ai grijă de mine întâi de toate". Ea susţine că, dacă cineva este mai preocupat de a-i ajuta pe alţii decât pe sine, se vor găsi mijloacele necesare.[35]

Practicarea generozităţii

1. Luaţi o bancnotă de un dolar şi împăturiţi-o de câteva ori. Prindeţi-o cu o agrafă de birou şi puneţi-o la îndemână în buzunar sau în poşetă. Cu proxima ocazie când vedeţi o persoană necunoscută cerşind, indiferent de cum arată el sau ea, daţi-i această bancnotă. Străduiţi-vă să aveţi câte o bancnotă în buzunar în fiecare zi pentru a o da de pomană.

2. Scrieţi un cec pentru cinci sau zece dolari, fără să completaţi numele beneficiarului. Prindeţi-l pe frigider cu ajutorul unui magnet, astfel încât să-l aveţi în permanenţă în

atenție. Cu proxima ocazie când vedeți într-un ziar un apel sau un anunț, care solicită ajutor umanitar, scrieți numele solicitantului pe cec și expediați-l. Încercați să faceți așa ceva cel puțin o dată pe lună.

3. Calculați-vă venitul net. Stabiliți un procent pe care intenționați să-l dați ca milostenie. Procentul să fie destul de redus așa încât să vă puteți achita de obligație. (Unele tradiții, inclusiv iudaismul, propun un zece la sută, dar pentru mulți oameni, în vremurile acestea, este prea împovărător. Chiar și unu la sută este suficient pentru acest exercițiu. Important este să ne hotărâm și, apoi, s-o și facem!)

4. Ori de câte ori jucați la jocuri de noroc, cumpărați un bilet de loterie sau primiți orice fel de câștig financiar neașteptat, impuneți-vă obligația de a da ca milostenie cel puțin 10 la sută din banii câștigați. Trimiteți banii în două-trei zile după câștig. Nu amânați!

5. În cazul în care cunoașteți pe cineva care se află într-o serioasă nevoie de bani, dar este prea mândru să ceară, găsiți o cale de a trimite anonim o donație semnificativă. Puteți recurge la serviciile unui mesager, care să ducă la destinație un plic cu bani, sau puteți trimite un bilet de bancă, cerând să nu vi se menționeze numele pe acesta și, expediindu-l fără să scrieți numele și adresa expeditorului. odată trimis, uitați cu totul de el. Nu-i spuneți niciodată persoanei în cauză, sau oricui altcuiva, despre ceea ce ați făcut. Niciodată.

6. De fiecare dată când vă primiți salariul sau orice fel de altă plată, reflectați întotdeauna asupra condițiilor care au permis ca banii respectivi să vă parvină: sănătatea dumneavoastră mentală și fizică, sprijinul oferit de familia dumneavoastră, educația și pregătirea dumneavoastră, relațiile dumneavoastră de afaceri, economia, condițiile meteorologice și, cel mai important, prezența sau absența ocaziilor sau șanselor oferite de Dumnezeu. Această reflecție și examinare sunt elemente vitale în procesul de înțelegere a ceea ce reprezintă, de fapt, proprietatea și posesiunea materială și cât de insignifiant și efemer este avutul nostru personal.

4. CALEA BUNĂTĂȚII ȘI A MILOSTENIEI

Calea generozității a fost întotdeauna extrem de respectată de înțelepți. *Talmudul* spune însă că: „Învățătorii noștri spun că bunătatea și faptele bune (*ghemulit hesed)* sunt superioare milosteniei sub trei aspecte. 1) Nu poți face acte de caritate decât cu ceea ce posezi, în timp ce faptele bune le poți face atât prin propria persoană, cât și cu ceea ce posezi. 2) Milostenia poate fi dată numai săracilor, în timp ce bunătatea poate fi oferită bogaților și săracilor deopotrivă. 3) Milostenia poate fi oferită numai celor vii, în timp ce faptele bune pot fi făcute atât pentru vii, cât și pentru morți."[36]

Faptele bune sunt mult mai subtile decât milostenia; ele presupun cedarea a ceva mai mult decât ceea ce se află în proprietatea noastră. Aceasta se poate petrece natural și spontan. Cineva se împiedică și cade pe stradă și - mai ales dacă este un copil sau un bătrân - ne grăbim automat să-i sărim în ajutor, fără nici un moment de ezitare. Dar cedarea se poate produce și cu o mare rezistență. Bătrânul nostru tată sau bătrâna noastră mamă ne sună la telefon pentru a-nu-știu-câta oară să ne roage ceva. Dar noi suntem ocupați. Avem viețile noastre. Ne displace să fim în rolul de tutori, de responsabili principali. Dar mama are nevoie de ajutor, ea s-a sacrificat de atâtea ori și pe cine altcineva mai are ea pe lume? Așa că, cedăm și facem loc serviciului respectiv în programul vieții noastre.

În multe privințe milostenia este mai simplă, mai precisă și mai ușor de oferit decât bunătatea. O dăm și cu asta am încheiat. Dar faptele de bunătate nu au un sfârșit. Ținând seama de măsura în care ne producem unii altora durere și suferință, lumea resimte o nevoie de bunătate aproape imposibil de satisfăcut.

Poziții socială nu contează. Bogați și săraci, toți tânjesc să aibă parte de puțină afecțiune. Cine nu reacționează la un zâmbet sincer, din inimă? Al cui suflet nu se încălzește

atunci când primeşte o atenţie, un mic cadou, chiar dacă acesta costă doar câţiva lei?

Actele de bunăvoinţă nu sunt destinate numai oamenilor. Tratamentul atent şi blând al animalelor se încadrează în categoria „suferinţa animalelor vii" (*ţa'ar ba'alei şiim)*. Este un precept al *Talmudului*, care ne obligă să acordăm o atenţie specială animalelor domestice, astfel încât să nu le producem suferinţă inutilă. Animalele trebuie hrănite înaintea oamenilor[37] şi trebuie să punem capăt durerii unui animal, chiar dacă asta implică încălcarea legilor Şabatului.[38] Nu este permis să achiziţionăm animale dacă nu avem mijloacele necesare pentru a le întreţine.[39] Este interzis, de asemenea, să producem suferinţă sau neajunsuri animalelor.[40] Vânătoarea este, în general, dezaprobată întrucât legile caşer nu permit consumarea cărnii dintr-un animal *treif* (sfâşiat), ceea ce se întâmplă de obicei când animalul este ucis la vânătoare.[41]

Ce înseamnă oare că acte de bunăvoinţă se pot face şi pentru morţi? Comentariul talmudic consemnează că omagiul adus prin prezenţa la funeralii, însoţirea unui mort pe ultimul drum şi rostirea binecuvântărilor pentru morţi sunt fapte care înalţă scânteile din sufletul celor decedaţi la alte niveluri. În plus, aşa cum vom vedea în capitolele consacrate morţii, putem ajuta sufletul unei persoane decedate prin intermediul tehnicilor cabaliste de meditaţie.

Faptele bune nu trebuie neapărat să fie ceva făţiş. Uneori putem chiar să nu ne dăm seama că am făcut ceva de genul acesta. Putem să ajutăm pe cineva acţionând ca intermediari; să menţionăm în treacăt ceva ce ştim că i-ar fi de ajutor persoanei respective în faţa altcuiva, care ar putea face ceva în acest sens. Putem să ne rugăm pentru persoana respectivă în liniştea inimilor noastre. „Când ne conectăm mintea şi inima la Sursa Surselor, se pot atrage binecuvântări din adâncurile «rezervorului», ale Sursei vieţii, râul din Eden. Rugăciunea atrage această binecuvântare din cer pe pământ".[42]

Concepţia mistică în legătură cu faptele bune este că ele reprezintă liantul care ţine universul laolaltă. Se afirmă: „Uneori se întâmplă ca echilibrul lumii să fie exact la limită între oameni ale căror fapte bune aduc viaţă, şi cei ale căror fapte reale aduc moarte. Atunci, un singur om drept poate influenţa prin fapta sa situaţia şi lumea este astfel salvată. Dar, dacă s-ar întâmpla vreodată ca, într-un astfel de moment, să intervină un om rău, atunci lumea ar fi distrusă".[43] *Zoharul* merge şi mai departe şi susţine că „trebuie întotdeauna să ne imaginăm că soarta întregii lumi depinde de acţiunile fiecăruia dintre noi".[44]

În demersul talmudic ne punem mereu întrebări, analizând sensurile din ce în ce mai adânci ale lucrurilor. Ce înseamnă faptul că acţiunile noastre sunt atât de importante? Nu se spune în *Cartea Eclesiastului*: „Deşertăciunea deşertăciunilor, totul este deşertăciune! Ce folos are omul din toată truda lui sub soare?...[45] Căci rele sunt cele ce se fac sub soare; totul este deşertăciune şi vânare de vânt"?[46] Dacă este aşa, ce realizează, la urma urmei, micile noastre fapte bune?

În replică, *Zoharul* scrie că „deşertăciune, în acest caz, se referă la acţiunile oamenilor făptuite «sub soare». Dar acţiunile de dreptate, etică şi bunătate sunt făptuite «deasupra soarelui»".[47] Aceste fapte au efect în această lume şi o transced, în acelaşi timp. Din perspectiva acestei lumi, istoria pare să se repete. Dar, din perspectivă transcedentală, suntem inoxerabil propulsaţi către niveluri superioare ale conştiinţei: „Obiectivul oamenilor este să se deplaseze în direcţia conştiinţei elevate şi nu către conştiinţa inferioară. De aceea, este meritoriu pentru ei să se iubească unii pe alţii şi să excludă animozitatea dintre ei, astfel încât să nu provoace slăbirea conştiinţei elevate".[48]

Faptele noastre bune nu numai că au importanţă, dar ele sunt mijlocul prin acre putem unifica omenirea într-o nouă eră a relaţiilor interumane. Multe practici ale iudaismului sunt prezentate cu prevederi fixe şi precise în ceea ce priveşte timpul sau alte elemente. Dar faptele bune sunt un aspect

pentru care nu este stabilită vreo măsură.[49] Putem să le facem de dimineaţa până seara, pe parcursul întregii săptămâni. Putem fixa bunăvoinţa în sufletele noastre ca manieră de comportament pentru întreaga viaţă, care să ne impulsioneze în permanenţă.

Calea bunătăţii şi a faptelor bune duce direct la niveluri superioare. Ea este luminată de miliardele de scântei pe care le eliberăm permanent din învelişurile ce le ascund, în timp ce zi de zi, pe tot parcursul procesului, ne lărgim cuprinderea inimilor noastre şi ale celor din jurul nostru.

Practicarea bunătăţii şi bunăvoinţei

1. Cumpăraţi-vă un jurnal, unul mare, care va deveni registrul de evidenţă al faptelor dumneavoastră bune.

2. Acordaţi-vă treizeci de minute pentru a înscrie în acest jurnal fiecare gen de faptă bună pe care vă amintiţi că aţi făcut-o vreodată. Lăsaţi un spaţiu de vreo trei-cinci centimetri sub fiecare titlu, care astfel devine o categorie.

3. De două-trei ori pe săptămână - sau mai des, dacă doriţi - notaţi faptele bune pe care le-aţi făcut la categoria unde se încadrează. Dacă aţi făcut ceva nou, ce nu se află pe lista dumneavoastră, înregistraţi aceste fapte ca noi categorii.

4. După un timp, veţi avea o listă lungă de fapte bune, unele cu numai câteva notări, altele cu mai multe notări sub ele.

5. Începeţi o secţiune nouă, către sfârşitul caietului, intitulată „Ocazii ratate" pentru realizarea unei fapte bune. Notaţi-vi-le. Rostul acestui exerciţiu nu este de a vă face să vă simţiţi vinovaţi pentru ocaziile ratate, ci conştient de posibilităţile care s-au ivit şi n-au fost folosite. Chiar această conştientizare în sine poate fi o faptă de iubire, dacă o transformăm într-o rugăciune. Este mai bine să observăm ce am ratat decât să nu ne dăm seama sau să fim indiferenţi.

6. Nu discutaţi despre acest jurnal sau despre ceea ce cuprinde el cu nimeni, cu excepţia - poate - a unui îndrumător spiritual. Jurnalul este numai pentru uzul dumneavoastră personal; ceea ce faceţi în acest domeniu este între dumneavoastră şi Dumnezeu.

Scopul acestui exerciţiu este de a mări conştientizarea. Nu trebuie nici să fim mândri de categoriile cu multe notări şi nici să avem regrete pentru categoriile fără notări. Ci, mai degrabă, dorim să fim conştienţi de nevoile lumii din jurul nostru şi de posibilităţile prin care putem oferi o parte din noi. Nu există nici un sistem de măsuri pentru a stabili succesul sau eşecul. Pur şi simplu, acţionăm în direcţia elevării pas cu pas a conştiinţei noastre, concentrându-ne pe înălţarea - de fiecare dată - a câte unei scântei de divinitate.

Alte practici de bunăvoinţă

1. Când citiţi vreun ziar sau auziţi la televizor vreo ştire despre situaţia cuiva, care vă impresionează, scrieţi-i persoanei respective o scurtă scrisoare şi trimiteţi-o prin intermediul ziarului sau postului de televiziune. Este minunat să primeşti scrisori încurajatoare de la oameni necunoscuţi când te afli într-o situaţie grea.

2. Dacă vă amintiţi de cineva căruia în trecut i-aţi făcut vreo nedreptate sau i-aţi pricinuit vreun neajuns, scrieţi-i o scrisoare din adâncul inimii. Nu este absolut necesar să şi trimiteţi scrisoarea dacă nu vreţi s-o faceţi, dar este important s-o scrieţi. Dar, desigur că puteţi şi s-o expediaţi.

3. Gândiţi-vă la cineva cunoscut care este bolnav fizic sau psihic. Concentraţi-vă gândurile şi rugăciunile asupra persoanei respective, imaginându-v-o ca fiind complet sănătoasă. Gândiţi pozitiv, trimiteţi-i persoanei îngeri tămăduitori. Pentru ca procedeul să aibe succes, nu este nevoie

ca persoana în cauză să ştie că faceţi asta. Faceţi acest lucru în fiecare zi pentru câte persoane doriţi.

4. Căutaţi o cantină pentru săraci, o organizaţie locală de ajutor umanitar sau de caritate şi oferiţi contribuţii în alimente, îmbrăcăminte sau orice puteţi. Oferiţi-vă voluntar pentru magazinul cu preţuri reduse local, pentru programele căminelor de bătrâni, pentru spital, programul de cantine volante sau de furnizarea meselor la domiciliu, Armata salvării etc.; chiar dacă participaţi numai câteva ore pe lună este grozav.

5. Încercaţi să găsiţi o modalitate de a invita o dată pe lună oameni nevoiaşi acasă la dumneavoastră pentru a lua masa. Poate veţi fi obligat să le asiguraţi şi transportul. Asta înseamnă muncă şi efort, dar este un gest foarte cald, de mare afecţiune.

Înţelegeţi ideea. Posibilităţile sunt nelimitate.

5. CALEA CUMPĂTĂRII

Se spune că ceea ce asigură accesul la nivelurile superioare ale dezvoltării spirituale este reţinerea, cumpătarea *(haprişut)*. Măiestria, cunoaşterea desăvârşită a unui domeniu, în general, se realizează datorită capacităţii noastre de a ne reţine, de a ne concentra asupra obiectivului urmărit fără să ne lăsăm distraşi, de a ne păstra simţul clar al priorităţilor în mijlocul tentaţiilor. Maestru, specialist într-un domeniu, este cineva care şi-a devotat mult timp şi energie pentru dezvoltarea anumitor calificări. Uneori, măiestria se datorează numai talentului, dar, în mod obişnuit, este rezultatul unui efort autentic şi susţinut.

Rabi Bahia ibn Pakuda, autor din secolul al unsprezecelea al clasicei lucrări de spiritualitate iudaică *Îndatoririle inimii*, spune că multe interpretări ale practicilor de reţinere şi moderaţie susţin abstinenţa şi renunţarea

absolută. În opinia sa însă, o definire mai corectă ar fi să spunem că ele înseamnă satisfacerea doar a nevoilor esenţiale, fără a pretinde nimic în exces.[50]

Iudaismul nu a încurajat niciodată ascetismul. În secolul al unsprezecelea era ceva obişnuit ca aspiranţii la domeniul spiritual să renunţe la viaţa lumească. Locuiau ca pustnici în peşteri sau printre stânci, îmbrăcaţi în zdrenţe, complet izolaţi de orice contact social. Rabi Pakuda dezaproba însă manifestările extreme de pietate de acest gen.[51] Concepţia generală este că ascetismul excesiv este, în mod ironic, un act de îngăduinţă faţă de sine, cu considerabile conotaţii egocentriste. În plus, darurile acestei lumi conţin toate scântei de divinitate şi nu trebuie dispreţuite.

Obiectivul este, mai degrabă, să acceptăm de bunăvoie un oarecare grad de abstinenţă, de a ne reţine cu judecată, în chip raţional. Moderaţia ne dă posibilitatea de a beneficia de experienţa tuturor aspectelor acestei Creaţii, în cantităţi decente. Pakuda susţinea că *haprişut* include, printre altele, asemenea calităţi precum simplitatea, dreptatea, cinstea şi imparţialitatea, smerenia, stăpânirea de sine, îngăduinţa, dârzenia, consideraţia şi respectul, cumpătarea, răbdarea şi resemnarea.

Principiul moderaţiei poate fi aplicat la orice facem: în ceea ce priveşte calitatea şi cantitatea alimentelor pe care le mâncăm; alegerea canalelor de informare mass-media; volumul de timp pe care îl petrecem muncind, petrecând, distrându-ne sau participând la viaţa socială; sumele de bani pe care le cheltuim pe îmbrăcăminte, mobilă, jucării şi automobile. Moderaţia trebuie aplicată şi în ceea ce priveşte aspiraţiile noastre spirituale. Concentrarea excesivă asupra oricărui aspect al vieţii noastre poate avea deseori rezultate nefavorabile, precum mândria, aroganţa, îngâmfarea sau alte manifestări egocentriste.

În plus, dacă nu ne dezvoltăm deprinderea de a fi moderaţi, rămânem sclavii dorinţelor noastre, totdeauna râvnind la ceea ce nu avem, niciodată mulţumiţi, niciodată în

armonie. Dorința are o foame infinită: cu cât avem mai mult, cu atât ne dorim și mai mult.

Există desigur limite naturale care ne frânează oarecum, ne impun o reținere. Ziua are numai douăzecișipatru de ore, cărțile noastre de credit au o valoare limitată, stomacurile noastre se pot umple numai până la un anumit nivel, organismele noastre au nevoie, totuși, de odihnă. Bazându-ne fie și numai pe acești reglementatori naturali, reușim să supraviețuim.

Teza moderației susține însă că, dacă vrem să avem cugetul liniștit, trebuie să învățăm să ne abținem de la avalanșa de belșug care ne înconjoară, ca să nu fim luați de val. Asta nu înseamnă să ocolim bunurile și părțile plăcute ale vieții (ferească Cerul). Ci, mai degrabă, înseamnă că trebuie să ne învățăm să ne mulțumim cu a ne înfrupta din mai puține.

Moderația este cheia dobândirii măiestriei în cumpătare. Aceasta trebuie abordată cu-ncetul. Nu este dificil de realizat dacă ne străduim s-o instaurăm cu blândețe. Nu putem pur și simplu să ne impunem un stil de viață moderat pentru că forța și moderația sunt termeni opuși. Mai degrabă, putem să introducem moderația în doze treptate; astfel, surplusul de bagaj din viețile noastre va dispărea încetul cu încetul.

Practica moderației

1. Evaluați următoarele aspecte ale vieții dumneavoastră conform unui sistem de apreciere subiectiv: prea mult, prea puțin, potrivit.

a. Lucrez ...
b. Mănânc ...
c. Mă uit la televizor ...
d. Citesc reviste ...
e. Mă distrez/destind ...
f. Petrec timpul cu familia ...

g. Acționez în direcția dezvoltării vieții interioare ...

h. Dedic timp practicilor spirituale ...

i. Citesc cărți cu conținut înălțător ...

2. Adăugați pe listă orice vă vine în minte ca aspect ce este reprezentat prea mult sau prea puțin în viața dumneavoastră.

3. Parcurgeți lista pentru a stabili aspectele care considerați că sunt prezente în exces. Pentru fiecare dintre ele calculați timpul pe care-l consumați zilnic (cum ar fi, patru ore de televizor sau trei mese complete, plus gustări și supliment de desert după masa principală).

4. Acum, presupunând că trebuie să reduceți doar volumul unui singur aspect de pe lista dumneavoastră cu 25 la sută, care ar fi aspectul la care v-ați opri?

5. Imaginați-vă cum ați proceda pentru a reduce 25 la sută din această activitate (ca, de exemplu, „Mă voi uita la televizor cu o oră mai puțin pe zi"; „Voi renunța la o parte din gustările mele zilnice și la desert";...).

6. Vedeți dacă puteți face asta timp de o săptămână. Dacă da, faceți-o timp de o lună. În caz că reușiți, puteți să vă răsplătiți adăugând în viața dumneavoastră un plus de ceva de pe listă la care evaluarea era de „prea puțin". Dacă nu reușiți, străduiți-vă în continuare sau încercați cu un alt aspect de pe listă.

7. De fiecare dată când reușiți, acordați-vă o răsplată crescând volumul de timp alocat aspectelor notate cu „prea puțin". Abordați toate aspectele din listă, până când nu mai rămâne nimic cotat cu „prea mult".

Alte practici de moderație

1. Alegeți ceva în care doriți să deveniți versat, o activitate care poate fi începută imediat, fără prea multe pregătiri și nu costă prea mulți bani. Sugestii: deprinderea priceperii de a cânta la un instrument muzical, de a scrie proză

sau poezie, învățarea unei limbi străine ori a artei de a picta cu acuarele sau a modela în lut, deprinderea capacității de a parcurge o întreagă enciclopedie (pentru cei interesați de iudaism, recomandăm cu căldură *Encyclopedia Judaica*), a găti feluri de mâncare speciale din paste făinoase etc.

2. Alegeți cea mai adecvată parte a zilei, când puteți dedica treizeci-patruzeci de minute pentru practică/exercițiu. Trebuie să fie un timp pe care-l consacrați total acestei activități, fără întrerupere, cel puțin cinci zile pe săptămână.

3. Faceți în așa fel ca această perioadă din zi să fie inviolabilă. Anunțați-vă familia să nu vă întrerupă sub nici o formă (decât pentru cazuri de extremă urgență). Nu răspundeți la telefon (puneți în funcțiune robotul). Dacă vă place muzica, puneți-vă muzică la căști pentru a nu auzi nici un fel de zgomote care v-ar putea distrage atenția. Permiteți-vă să vă devotați complet acestei practici în fiecare zi la această oră.

4. Continuați-vă cu perseverență practica. Autodisciplina impusă cu blândețe este soluția. Vă va face plăcere acest timp petrecut cu sine însivă și, după o vreme, veți deveni foarte priceput în ceea ce faceți. Dar nu dobândirea priceperii este scopul exercițiului. Mult mai important este să vă acordați timpul necesar. Aici veți dobândi încredere în sine, iar - odată cu încrederea - se dobândește și un cuget mai liniștit. Acest tip de practică ne învață cum să ne dobândim priceperea pas cu pas, în etape.

Calea modestiei reprezintă unul din elementele esențiale ale unei practici mai extinse, care conduce la nivelul superior de iluminare din iudaism. Cu cât exersăm mai mult în a fi moderați, cu atât suntem mai capabili de a sesiza adevăratele priorități din viața noastră, în așa fel încât să dăm întâietate lucrurilor care pot aprofunda practica noastră spirituală.

Moderația ne oferă o viziune mai clară referitor la cine suntem și de ce avem nevoie pentru a supraviețui. Practicând-o, modificând deci gradul în care suntem stăpâniți

de permanentă dorinţă, realizăm curând că suntem înconjuraţi de mii de care ce ne pot purta spre tărâmurile superioare - mii de noi şanse de a ne conecta cu Dumnezeu. Orice interacţiune din viaţă este o nouă posibilitate de a lua hăţurile acestor care. Avem o mai mare putere de opţiune în ceea ce priveşte destinul nostru decât îşi dau seama cei mai mulţi oameni. Este o chestiune de a ne preciza prioritățile, de a încetini ritmul, de a reflecta, a simplifica şi de a fi atenţi.

6. CALEA PURITĂŢII

Obiectivul purităţii în contextul demersului spiritual este de a minimaliza sau a elimina gândurile care provoacă conflicte interioare. Încercăm să stabilim deosebirea dintre propria noastră voinţă de a face ceva şi voinţa lui Dumnezeu. Puritatea este un nivel de ataşament faţă de Dumnezeu, în care gândurile sunt mai lipsite de egocentrism. Ataşându-ne mai mult de voinţa Divinităţii, punându-L întotdeauna pe Dumnezeu mai presus şi mai întâi de noi, suntem capabili să „facem fapte de dragul Creatorului şi pentru El şi să vorbim despre ele pentru ele însele".[52]

Măiestria în puritatea gândirii se dobândeşte prin contemplaţie. Observăm îndeaproape cum funcţionează universul şi câştigăm înţelepciune. Trăim experienţa naturii tranzitorii a lucrurilor, a faptului că averile se fac şi se pierd, că vremurile bune vin şi se duc şi că viaţa este efemeră. Prin asta devenim mai conştienţi de propriile noastre limite şi apreciem mai mult felul în care se desfăşoară lucrurile.

Se spune că putem fi distraşi de la dezvoltarea purităţii în gândire de tendinţa de a alerga după plăceri, faimă, onoruri sau poziţie socială.[53] Fiecare din aceste satisfacţii este temporar foarte mulţumitoare pentru egoismul nostru, dar toate se dovedesc a fi, în cele din urmă, căutări avide, imposibil de stăpânit şi descurjante.

Mai devreme am discutat conceptul potrivit căruia nivelul superior al sufletului este totdeauna pur. Putem folosi ideea pentru un exercițiu de meditație în vederea aprofundării realizării părții din noi care este permanent conectată cu Dumnezeu. Odată ce reușim să apreciem implicațiile acestui concept, modul nostru de raportare la alții se modifică pentru totdeauna.

Practicarea purității:
Tehora he (Sufletul este pur)

1. Așezat, cu ochii închiși, imaginați-vă că aveți o vedere asemănătoare cu razele X și că puteți penetra corpul dumneavoastră cu privirea, ca și când acesta ar fi făcut dintr-un material transparent. Veți observa multe părți componente interconectate în interiorul trupului dumneavoastră.

2. Uitându-vă cu atenție, imaginați-vă că înăuntru este o ființă esoterică luminată. Lumina care vă permite să vedeți provine de undeva din adânc și umple corpul cu o luminiscență.

3. Imaginați-vă corpul dumneavoastră cu mulți ani mai tânăr decât sunteți acum. Observați că, deși înfățișarea corpului poate fi alta, diferită, lumina care îi dă luminiscență este la fel. Este pur și simplu lumină; nu se modifică.

4. Încercați să vă imaginați cum veți fi cu mulți ani mai târziu. Corpul se va schimba din nou, dar lumina va rămâne aceeași.

5. Acum, imaginați pe cineva drag. Observați cum corpul lui (al ei) este total diferit de al dumneavoastră, dar că lumina care îi dă luminiscență este la fel cu a dumneavoastră. Lumina e lumină.

6. Faceți acest exercițiu imaginându-vă persoanele pe care le cunoașteți și le iubiți și persoanele cu care nu vă aveți așa de bine. Din nou, în fiecare caz, lumina va fi la fel cu a dumneavoastră. S-ar putea să constatați că faptul de a avea

același fel de lumină influențează modul în care vă raportați la aceste persoane și cum gândiți despre ele.

7. Faceți acest exercițiu de mai multe ori, până când v-ați stabilit cu claritate imaginea în minte. Apoi, ori de câte ori vă aflați pe stradă, imaginați-vă că fiecare persoană pe care o întâlniți este luminată din interior de această lumină. Așa cum am precizat mai înainte, puteți să vă șoptiți încetișor: *„Tehora he"* (Sufletul din lăuntru este pur). Veți descoperi că simțiți o afinitate pentru străini. Acesta este scopul exercițiului, să ne amintim că suntem cu toții conectați la aceeași sursă și că, în consecință, suntem interconectați unii cu alții.

7. CALEA BUCURIEI

Rebe Nahman din Brațlav, strănepotul lui Baal Șem Tov, era vestit pentru învățăturile sale despre bucurie. Bucuria și voioșia reprezintă o temă majoră a povestirilor sale. El spunea că sursa deprimării și tristeții se află în „învelișurile *(kelipot)* care maschează scânteile de divinitate și care se află în război cu tot ceea ce este sfânt". Ori de câte ori undeva se instaurează deprimarea, Prezența Divină *(Șehina)* se îndepărtează. De aceea, „impactul forțelor sacre și distrugerea învelișurilor potrivnice, care țin captive scânteile de divinitate, depind de acțiunea bucuriei".[54]

Potrivit concepției lui rabi Nahman, valoarea bucuriei constă în posibilitatea ei de a combate puterea distructivă a imaginației noastre. „Facultatea umană de a crea imagini este sursa tuturor tentațiilor. Dacă devine dominantă, are drept consecință deprimarea... se instaurează zăpăceala, iar omul uită care este menirea sa în viață. Trebuie să ne opunem din răsputeri și să ne străduim să fim în permanență bucuroși și voioși, astfel încât să frângem puterea imaginației noastre".[55]

Cabaliștii se folosesc de imaginație pentru a atinge nivelurile spirituale superioare. Dar, dacă imaginația nu este ținută în frâu - potrivit opiniei lui rebe Nahman - ea poate

deveni sursa sentimentului nostru de alienare şi separare de Dumnezeu.

Nahman afirmă: „Poţi decădea până la extrema cea mai de jos, dar - oricât de jos ai căzut - este totuşi impropriu să nu mai ai nici o speranţă. Capacitatea de întoarcere la Dumnezeu *(teşuvah)* depăşeşte şi învinge orice, aşa că nu e loc de disperare. Chiar păcatele pot fi transformate în virtuţi; chiar eşecurile şi defectele pot fi reabilitate întru Dumnezeu.[56] Cel mai important lucru este să nu renunţi niciodată, ci să continui să te rogi şi să-L chemi pe Dumnezeu."[57] Pentru a-şi demonstra spusele, rabi Nahman a relatat o povestire.

A fost odată ca niciodată un fermier, pe nume Moshe, care trăia în Ucraina în secolul al nouăsprezecelea. I se spunea „Moshe Simcha" (Moşe cel voios) pentru că rareori putea fi văzut fără un zâmbet larg pe faţă. Avea un suflet fericit şi părea mulţumit de lume aşa cum este ea. Ca fermier, viaţa lui nu fusese deloc uşoară, dar - în ciuda vicisitudinilor - buna dispoziţie nu-i pierise. Se gândise că are la dispoziţie două alternative: fie să zâmbească şi să râdă, fie să bombăne, încruntat şi ursuz. Ştia însă că, indiferent ce comportament ar fi ales, lumea nu s-ar fi schimbat. Aşa că, decisese că putea la fel de bine să se bucure de soarta pe care o avea în viaţă.

Într-o bună zi, pe când îşi ara ogorul, a descoperit în brazdă o piatră uriaşă, cu înfăţişare stranie. A ridicat-o şi a ştiut imediat că este de valoare. Piatra avea o strălucire aproape orbitoare ce venea din centrul ei, ca şi cum ar fi conţinut propriul ei soare.

Moshe a dus piatra la oraş, unde a arătat-o cumnatului său, Shabtai, care era bijutier. Când a văzut piatra aceea, de mărimea unui pumn, Shabtai era să se înece cu îmbucătura de mâncare.

- De unde ai o asemenea piatră? a întrebat el uluit.

Moshe a clătinat din cap şi a arătat cu degetul mare în sus, vrând să spună fără cuvinte: „Numai Dumnezeu ştie". Apoi a întrebat cu glas scăzut:

- Cât crezi că valorează?

Shabtai a zâmbit şi a arătat cu degetul mare în sus, repetând gestul cumnatului său. Apoi a spus:

- Va trebui să duci piatra la Amsterdam pentru că acolo este singurul loc unde ţi se va putea plăti pentru o piatră atât de mare.

Amsterdam? Cum să se ducă Moshe la Amsterdam? Nu avea bani. Ar fi fost prea periculos să meargă pe ruta terestră. Cea mai bună soluţie era să meargă cu vaporul din Odesa pe Marea Neagră şi Mediterana, trecând prin Gibraltar şi, apoi, în sus, până în Olanda. Dar nu avea posibilitatea să plătească o astfel de călătorie.

Shabtai a consimţit să-l ajute. A luat legătura cu un căpitan de vas, un personaj dubios, care se ocupa cu contrabanda. Căpitanul a fost de acord să-l ia pe Moshe, pe baza promisiunii că va fi plătit la capătul călătoriei. Plata era, desigur, de zece ori mai mare decât costul normal al călătoriei. Dar cui îi păsa? Moshe îşi vedea dorinţa îndeplinită.

S-a bătut palma şi Moshe s-a îmbarcat. Avea la dispoziţie propria cabină şi era servit zilnic de un steward. Căpitanul era un om ţâfnos şi grosolan, cu barbă neagră şi bandaj pe un ochi, înfăţişarea lui de pirat confirmând zvonurile care circulau pe seama lui. Petrecea fiecare zi în tovărăşia lui Moshe, făcând glume pe seama oamenilor pe care se lăuda că-i azvârlise peste bord, ceea ce susţinea că obişnuieşte să facă ori de câte ori îi vine. Relata toate detaliile înfiorătoare, încercând să-l intimideze pe Moshe, dar Moshe avea un suflet vesel. El presupunea că căpitanul glumeşte şi râdea până nu mai putea de cele relatate.

În felul acesta, cei doi se împăcau de minune. Cât timp căpitanul râdea cu el, Moshe se simţea în siguranţă. Relativ în siguranţă.

În fiecare zi la prânz. Moshe scotea piatra din locul unde o ascunsese pentru a-i admira strălucirea interioară. Stătea aşa, ca vrăjit, şi se uita la ea. Nu se gândea la banii pe care-i va primi pentru ea; îl interesa mult mai mult frumuseţea ei în sine. Era o piatră splendidă şi ajunsese să ţină la ea.

Când mai rămăseseră numai două săptămâni până la momentul sosirii în Olanda, s-a întâmplat ceva groaznic. Moshe a adormit la masa de prânz. Încă mai dormea când stewardul a venit să-şi facă datoria zilnică de a deretica şi care consta din a arunca peste bord tot ce rămăsese pe masă, în afară de ceaşcă, farfurie şi tacâmuri. Toate resturile de mâncare, bucăţelele şi firimiturile de pâine şi - în ziua respectivă - bucata aceea de sticlă veche şi murdară, care probabil zăcuse undeva prin cantină, totul a fost zvârlit peste bord într-o singură mişcare.

Când s-a trezit, Moshe a simţit că i se face stomacul ghem. Piatra dispăruse. Ştia că o pierduse definitiv. Iar dacă afla căpitanul că nu-şi mai putea plăti călătoria şi el însuşi era definitiv pierdut.

Dar, când a apărut căpitanul în acea după-amiază, Moshe era la fel de jovial ca totdeauna. Au glumit şi au râs la fel ca-n toate celelalte zile. Desigur că Moshe nu-i spusese dintru început căpitanului nimic despre piatră de teamă ca acesta să nu i-o fure. Acum că piatra nu mai exista, Moshe era şi mai îndreptăţit să nu-i spună nimic.

Zi după zi, în următoarele două săptămâni, cei doi erau împreună, vorbind şi glumind ca nişte vechi prieteni. În ziua premergătoare intrării în port, căpitanul a venit la Moshe şi l-a rugat să-i facă un serviciu, l-a spus că nu avea o reputaţie prea bună prin aceste locuri şi l-a întrebat dacă ar fi dispus să treacă toată încărcătura vasului pe numele lui. Asta ar fi redus suspiciunile controlorilor vamali. Dacă Moshe era de acord, căpitanul se angaja să-i plătească o sumă frumoasă.

Desigur că Moshe a fost de acord. Ce avea de pierdut? Chiar dacă îl prindeau cu marfă de contrabandă, era mai bine decât să fie aruncat peste bord. Contractele au fost antedatate şi semnate. Pe hârtie, Moshe era proprietarul întregului transport, care valora o sumă imensă.

În noaptea aceea s-a stârnit un vânt straniu. Zgâlţâia velatura şi urla într-un fel care-ţi îngheţa măduva-n oase. Marinarilor le este cunoscut acest tip de vânt ca strigăt ce vine

dintr-o lume de dincolo de lumea noastră. În dimineaţa următoare, căpitanul n-a apărut pe punte. Când s-au dus după el, marinarii au descoperit că acesta murise în timpul nopţii.

Când vasul a acostat, Moshe a devenit brusc un om bogat. Le-a plătit tuturor marinarilor salarii triple şi tot a rămas peste măsură de bogat. Toată lumea era fericită.

La întoarcerea acasă, vecinii lui au constatat că e la fel de vesel şi voios ca întotdeauna. În plus, a donat atât de mulţi bani încât veselia lui a devenit contagioasă. De atunci încolo, toată lumea care-l cunoştea zâmbea ori de câte ori îi era menţionat numele. Chiar şi astăzi, la auzul istoriei lui Moshe Simcha, oamenii par deseori să zâmbească fără nici un motiv anume, aşa cum probabil faceţi şi dumneavoastră acum.

Rabi Nahman susţine că veselia şi râsul lui Moshe au schimbat lumea din jurul lui. De fapt, chiar supravieţuirea lui Moshe a depins de înfăţişarea sa voioasă. Era într-adevăr un mesager al bucuriei. Piatra pe care a găsit-o a fost doar un mijloc de a-l aduce la bordul vasului. Nu ştim niciodată cum se vor desfăşura lucrurile. Tot ce putem face este să ne menţinem buna dispoziţie indiferent de ceea ce se întâmplă.

Hasidismul s-a dezvoltat pe baza ideii de „a-l servi pe Dumnezeu cu bucurie". De fapt, *hasidimii* din epoca de început a mişcării deveneau atât de extatici în rugăciunile lor încât erau ridiculizaţi de oponenţi pentru dansurile lor exuberante şi tumbele lor acrobatice. Dar relaţia lor plină de bucurie cu Dumnezeu nu a putut fi reprimată, astfel că hasidismul s-a răspândit în întreaga Europă.

Entuziasmul şi bucuria sunt contagioase. Ne simţim bine, se atenuează rigidităţile şi asprimile noastre, sunt calmate pornirile critice ale minţilor noastre şi dobândim un nou simţământ de echilibru. Cei mai mulţi dintre noi gustă bucuria în mod spontan şi cred că bucuria şi veselia vin de la sine. Dar bucuria poate fi şi chemată ca un musafir şi poate fi încurajată, cultivată, ca să rămână cu noi timp îndelungat.

Practicarea bucuriei

Rabi Nahman spunea că drumul către realizarea adevăratului nostru destin este bucuria. Într-adevăr, bucuria şi entuziasmul sunt, în multe privinţe, aspecte importante ale demersului spiritual. Calitatea minunată a acestei practici este că ne susţine în timp ce o efectuăm şi, de obicei, ne ajută să vedem lucrurile într-o altă perspectivă.

Iată zece exerciţii pentru a ne încălzi inimile şi a ne umple sufletele de bucurie. Oricare dintre ele vă poate face mult bine.

1. *Muzică*: Dacă nu aveţi deja unul, cumpăraţi-vă un minicasetofon şi căşti confortabile. Selectaţi piesele muzicale care vă impresionează, vă emoţionează, vă merg la suflet. Ascultaţi-le în mod repetat când sunteţi angrenaţi în activităţile cotidiene de rutină. Ascultaţi-le atât de des şi de mult, până când ajungeţi să le puteţi auzi în mintea dumneavoastră chiar atunci când casetofonul nu este în funcţiune. Şi cântaţi! Sub duş, în maşină, spontan, ori de câte ori doriţi.

2. *Dans*: Găsiţi o încăpere în casă unde să nu fiţi întrerupt şi unde să nu puteţi fi văzut prin fereastră. Mutaţi mobilele astfel încât să aveţi spaţiu liber pentru dans. Puneţi o muzică ce vă place şi mişcaţi-vă corpul în orice fel doriţi timp de douăzeci de minute. Acesta este un dans al dumneavoastră şi pentru dumneavoastră, în exclusivitate. Dacă nu vă face să vă simţiţi minunat, alegeţi data următoare o altă melodie.

3. *Natură*: Faceţi-vă un obicei statornic de a petrece, cel puţin o dată pe săptămână, două ore într-un decor natural autentic, pe cât posibil, cu cât mai puţini oameni prezenţi în zonă. Mergeţi la mare, la munte, în pădure, în deşert, într-un loc încărcat de frumuseţi ale naturii. În timpul pe care-l petreceţi acolo, *încercaţi să nu vă gândiţi la dumneavoastră.* Procedaţi mai curând ca un fel de ghid, iubitor de natură, care spune în permanenţă lucruri de genul: „Uită-te la furnica

aceea"; „Ascultă vântul"; „Miroase floarea aceasta"; „Atinge scoarța de pe copacul acela"; „Observă cum scânteiază soarele pe suprafața apei"; „Stai liniștit și ascultă". Încercați să vă petreceți integral cele două ore fără să vă gândiți deloc la viața dumneavoastră personală. Poate doriți să vă luați la dumneavoastră un carnețel, astfel încât, atunci când vă distrage vreun gând, să vă notați problema pentru a vă putea ocupa de ea după cele două ore consacrate naturii.

4. *Selectivitate*: Alegem cu destulă grijă alimentele pe care le mâncăm. Știm ce mâncare nu ne prieșteși, de obicei, încercăm să o evităm. Același lucru este valabil în ceea ce privește hrana pe care o oferim minților noastre. Timp de o lună încercați să fiți selectiv cu tipurile de emisiuni de televiziune pe care le urmăriți, genul de emisiuni de radio pe care le ascultați, filmele la care mergeți. Puteți opta pentru micșorarea numărului de experiențe care impresionează sau emoționează în mod excesiv și care, cel mai adesea, cuprind scene de violență, furie și vărsare de sânge. Acest gen de spectacole ne pot interesa ori pot fi captivante, dar nu ne provoacă bucurie. De fapt, fac exact contrariul. Încercați să fiți selectiv timp de o lună și înlocuiți aceste spectacole cu una din următoarele alternative:

5. *Cărți*: Permiteți-vă ca, timp de o oră, să răsfoiți prin cărțile din librăria sau biblioteca publică din cartierul dumneavoastră. Lăsați-vă condus de dispoziția de moment. Găsiți un loc unde să vă așezați și citiți pasaje dintr-o carte sau o revistă care vă par interesante. Ideea este de a descoperi noi domenii de interes sau, pur și simplu, de a petrece timpul într-un mod plăcut, a ne destinde la modul ușor, fără pretenții și fără a urmări un obiectiv.

6. *Parcuri sau terenuri de joacă*: Permiteți-vă ca timp de o oră să vă plimbați printr-un parc sau să petreceți pe un teren de joacă din apropiere. Dați-vă într-un leagăn, într-un balansoar. Cățărați-vă pe un cadru de gimnastică. Întindeți-vă în iarbă. Îmbrățișați un copac. Vorbiți cu un copil necunoscut. Încercați să fiți copilul din dumneavoastră, fără să vă gândiți la

lucruri adulte. Ca şi la punctul 3, *vedeţi dacă puteţi petrece o oră fără să vă gândiţi la dumneavoastră înşivă.*

7. *Muzee*: Petreceţi-vă o dimineaţă sau o după-amiază vizitând un muzeu local, pur şi simplu trecându-vă timpul pe acolo. Reflectaţi la lucrările artiştilor. Lăsaţi-vă imaginaţia să zboare. Şi, din nou, încercaţi să nu vă gândiţi la propriul trecut şi viitor în tot acest timp.

8. *Fantezie*: Procuraţi-vă nişte ghiduri de călătorie, împrumutaţi de la bibliotecă video-casete despre natură sau despre ţări îndepărtate şi imaginaţi-vă o călătorie în jurul lumii. Alegeţi un loc unde chiar aţi dori să mergeţi. Luaţi cărţi de la bibliotecă şi informaţi-vă asupra a tot ce puteţi afla despre acest loc. Planificaţi-vă călătoria, chiar dacă aceasta va fi peste mulţi-mulţi ani.

9. *Baie relaxantă*: Umpleţi cada de baie cu apă caldă. Folosiţi spumant de baie, dacă doriţi. Cufundaţi-vă întreg corpul şi staţi în baie cel puţin o jumătate de oră, încercând să nu vă gândiţi la nimic. În caz că începeţi să vă gândiţi la dumneavoastră, construiţi un vis în imaginaţie şi visaţi.

10. *Mulţumiri*: Rostiţi vorbe de mulţumire adresate lui Dumnezeu. Reflectaţi asupra darurilor dumneavoastră fizice: vederea, auzul, capacitatea de a vorbi, a sta în picioare, a merge, a pipăi, a mirosi, a simţi gustul şi aşa mai departe. Mulţumiţi pentru fiecare în parte. Reflectaţi asupra adăpostului pe care-l aveţi, hranei, securităţii personale, bucătăriei, băii dumneavoastră etc. şi mulţumiţi pentru acestea toate. Pentru orice subiect vă vine în minte, găsiţi un aspect pentru care puteţi fi recunoscător (în contrast cu obişnuinţa atât de încetăţenită a nemulţumirii şi insatisfacţiei). În fiecare seară, când sunteţi pe cale să adormiţi, gândiţi-vă pentru câte lucruri puteţi mulţumi pe acea zi. Aţi putea descoperi că lista este atât de lungă că adormiţi înainte de a o termina.

Observaţi că toate sugestiile de mai sus necesită un timp dedicat dumneavoastră înşivă. Desigur că există multe practici de bucurie care implică compania altor persoane.

Profitați și de acestea. Dar fiți convins că bucuria nu depinde de alții, ci de propria relație individuală a fiecăruia cu viața.

Evident, există sute de activități care luminează inima și împlinesc sufletul. Așa cum am menționat mai înainte, nu trebuie să așteptați ca bucuria să vină singură; puteți s-o invitați chiar acum să intre la dumneavoastră pe ușa din față.

8. CALEA LIPSEI DE VANITATE

Umilința, modestia *(anavah)* înseamnă în concepția misticii iudaice lipsă totală de vanitate. Lipsa de vanitate implică renunțarea la toate însemnele de identitate personală, care cuprind toate concepțiile și convingerile noastre referitoare la cine suntem și la preferințele, dorințele, speranțele și aspirațiile noastre. Practicile descrise în literatura cabalistă, menite să ne conducă la realizarea acestei stări, sunt *bitul ha-ieș* (anularea lui „există") și *meserit nefeș* (capitularea necondiționată a sufletului vital).

Umilința sau smerenia nu înseamnă sfiiciune sau împăciuitorism. Moise este prezentat în *Tora* ca fiind cel mai smerit dintre oameni, dar el se dovedește a fi cât se poate de aprig cu israeliții și, chiar mai mult, se contrazice cu Dumnezeu de mai multe ori. Smerenia înseamnă să fii lucid, încredințat, convins și să accepți fără mândrie, interes egoist sau ambiție.

Ne consolidăm simțământul de smerenie prin obișnuința de a alege cu consecvență cel mai neînsemnat loc dintr-un grup de oameni. Alegem scaunul cel mai tare din capătul cel mai îndepărtat al mesei; mergem în ultimele rânduri ale unei mulțimi; purtăm hainele cele mai modeste; luăm cea mai mică porție de mâncare.[58] Ideea este de a ne diminua simțământul importanței de sine, înfumurarea și suficiența, dar este esențial să ținem minte că, chiar și în acest caz, se aplică regula moderației. Astfel că, nu *întotdeauna* vom căuta poziția cea mai nesemnificativă, subordonată.

În cultura noastră exprimările manifeste ale diminuării propriei importanţe intră în contradicţie cu convingerile fundamentale ale individualismului agresiv, ale autoafirmării. Ambiţia de a se impune are mare trecere în ziua de azi; este important să te faci auzit. În extrema cealaltă, unii oameni îşi refuză până şi cea mai mică plăcere, ceea ce frizează ascetismul sau - un lucru la fel de nesănătos - aceşti oameni sunt prezumţioşi şi ipocriţi în martiriul lor. Sunt cu adevărat rari cei echilibraţi, care se situează între cele două extreme, care nu luptă să realizeze ceva, care nu se promovează pe sine, pe care - pe de o parte - nu-i interesează poziţia socială - iar pe de alta - nu sunt plini de sine, suficienţi şi înfumuraţi în actul de glorificare a abstinenţei, purităţii şi falsei modestii.

Prin urmare, poziţia noastră nu este atât de importantă pe cât este ceea ce simţim în legătură cu ea. Deşi poate că încercăm să eliminăm suficienţa şi înfumurarea, mai relevant este să stabilim gradul în care suntem preocupaţi de rangul nostru. Această preocupare reflectă măsura în care suntem orientaţi către cultivarea eului şi este invers proporţională cu gradul nostru de smerenie.

Se spune că, dacă suntem într-o poziţie de autoritate, bogăţie, succes sau celebritate care ne pune în situaţia de a fi în centrul atenţiei, al laudelor, linguşelilor şi admiraţiei, este necesar să ne căutam prieteni şi îndrumători dispuşi să ne sfătuiască şi chiar să ne admonesteze la nevoie, pentru a putea rămâne cu picioarele pe pământ şi a nu părăsi calea cea dreaptă.[59]

Conştiinţa *binah*: A fi prezent aici şi acum

Unul din cele mai adecvate moduri de dezvoltare pe calea lipsei de vanitate este prin intermediul practicilor de meditaţie care conduc la realizarea a ceea ce Cabala numeşte conştiinţa *binah*. După ce stăpânim această practică, putem

evolua către nivelul următor, conştiinţa *hohma*, aceasta fiind starea cea mai înaltă de meditaţie pe care o putem atinge.

Hohma şi *binah* se află la nivelurile superioare ale Arborelui Vieţii, exceptând *keter* (coroana). Dar din cauză că *keter* este evazivă, căci nu se ştie nimic despre ea, *hohma* şi *binah* sunt aspectele Creaţiei, aflate cel mai aproape de Sursa Divină la care putem accede. *Hohma* reprezintă elementul în care este iniţiată prima scânteiere a unui gând. *Binah* reprezintă mediul în care gândul este actualmente format. *Hohma* este „superioară" lui *binah* şi mai nebuloasă.

Conştiinţa *binah* poate fi deosebită de starea de conştiinţă obişnuită într-un mod foarte simplu. Ea nu implică existenţa identităţii personale; nu există, în cadrul acestei stări, simţământul de „eu". A gândi fără o conştiinţă de sine este dificil, dar, cu exerciţiu, putem dobândi abilitatea de a avea o conştiinţă *bibah* pură. Unul din mijloacele de detectare a prezenţei „eului" este examinarea relaţionării noastre faţă de timp. În mod invariabil, dacă gândurile noastre sunt ancorate în trecut sau se pregătesc pentru viitor, putem fi siguri că „eul" nostru este implicat.

Experienţa trăirii conştiinţei *binah* este complet senzorială. Nu ne ocupăm de revizuirea evenimentelor trecute şi nu facem planuri de viitor. Trăim doar fiecare moment, atunci când survine. În această stare de spirit, fiecare sunet este extraordinar, fiecare impresie vizuală este unică, fiecare miros ne captivează. Odată eliberaţi de conştiinţa de sine, intrăm într-o stare care este deseori descrisă ca deplină încântare, extaz. Pur şi simplu, este încântător să simţi că trăieşti fără să fie nevoie să-ţi aminteşti cine eşti.

Cea mai bună modalitate de observare a proceselor noastre mentale este prin intermediul practicilor tradiţionale de meditaţie. O metodă elementară este de a ne concentra asupra respiraţiei. Aşezaţi-vă confortabil, dar destul de drept, astfel încât să puteţi sta liniştit şi nemişcat timp de treizeci-patruzeci de minute. Concentraţi-vă atenţia asupra corpului dumneavoastră, asupra mişcării pieptului când inspiraţi şi

expiraţi sau asupra oricărei alte senzaţii corporale ce apare, fie ea o mâncărime, o durere ori altă manifestare fizică. Încercaţi să nu *gândiţi* despre aceste lucruri, ci doar să le observaţi pe măsură ce se petrec.

Mulţi oameni nutresc convingerea eronată că practicile de meditaţie simple, de genul acesteia, fac parte din arsenalul tradiţiilor orientale. Însă, observarea trăirilor şi senzaţiilor la nivel fizic, în timpul menţinerii unei stări de linişte şi nemişcare, este un exerciţiu de meditaţie universal, care a fost descris de misticii aparţinând multor tradiţii, inclusiv cei ai iudaismului. Este cât se poate de natural; copiii se cufundă uneori în astfel de stări fără să-şi dea seama că, de fapt, meditează. Invariabil, obiectivul este să oprim procesele mentale şi să fim prezenţi în ceea ce se întâmplă în momentul respectiv.

Deşi pare simplu, nu este uşor de făcut. Mintea este foarte activă. De fiecare dată când observăm că gândim, încercăm să ne readucem cu blândeţe apoi atenţia la concentrarea asupra corpului. Este inutil să ne simţim frustraţi şi să ne enervăm pe minţile noastre pentru că realitatea este că activitatea mentală se opreşte foarte rar. Enervarea este exact opusul a ceea ce încercăm să realizăm. obiectivul nostru este să *observăm* gândurile şi nu să fim prinşi în valul lor. Pur şi simplu ne reconcentrăm atenţia asupra corpului, de fiecare dată când realizăm că ne-am lăsat purtaţi de gânduri şi observăm respiraţia sau orice altă senzaţie fizică resimţim în momentul respectiv. De fapt, însăşi observarea gândului este un moment în care am devenit conştienţi de el, ceea ce ar trebui să ne facă să ne simţim satisfăcuţi de succesul nostru şi nicidecum frustraţi.

Mintea este extraordinar de activă. Peste 99 la sută din procesul nostru de gândire se încadrează în categoria gândirii obişnuite, probabil chiar 99,9 la sută. Dar avem posibilitatea să ne amplificăm conştiinţa *binah* mai mult decât credem. Dacă reuşim să ne observăm minţile destul de îndeaproape, vom putea recunoaşte prezenţa lui *Acum* la baza fiecărui gând. Este

germenele în jurul căruia se adună rapid gândurile. Mintea însă lucrează cu o asemenea viteză încât conştiinţa *binah* este estompată şi se transformă curând în gândire obişnuită.

Atunci când putem sta liniştiţi şi observa funcţionarea internă a minţii noastre, începem să percepem diferenţa dintre sentimentul de conştiinţă *binah* şi toate celelalte sentimente ce apar în gândirea obişnuită. Stările mentale obişnuite au un vast repertoriu de emoţii, dar, de obicei, se caracterizează printr-un clar simţământ al implicării personale în relaţia cu lumea. Această conştientizare a identităţii individuale are prin însăşi structura sa un caracter de separare, de distingere: eu şi tu, eu şi lumea, eu şi tot ceea ce nu înseamnă eu.

Sentimentul de separare umbreşte, estompează relaţia noastră cu lumea. În starea de conştiinţă *binah*, prin contrast, suntem alerţi, înţelegători şi grijulii, luminaţi şi optimişti, expansivi, curtenitori şi plini de simpatie pentru toată lumea, lucizi. Ne integrăm în tot ce se întâmplă în jurul nostru, simţindu-ne legaţi, uniţi cu toate, deplini şi compleţi, relaxaţi.

Cu cât recunoaştem însemnătatea conştiinţei *binah* pentru ceea ce este ea, cu atât creşte capacitatea noastră de a o reţine mai mult timp înainte de a fi copleşită de egocentrism. Conştiinţa *binah* extinsă este o experienţă atât de diferită de conştiinţa obişnuită încât este considerată o stare superioară de iluminare. Atingerea acestei stări este obiectivul practicilor de meditaţie intensă.

Odată cu dobândirea unei mai mari experienţe în practicarea stărilor de conştiinţă *binah*, dobândim un mai mare control asupra reacţiilor noastre emoţionale, prin crearea unui simţământ nou de calm şi de mai mare şi netulburată seninătate în vieţile noastre. Avem capacitatea să vedem lucrurile cu mai multă claritate, putinţa de a judeca cu mai mare precizie şi a evalua mai echilibrat modul în care se vor desfăşura lucrurile. Conştiinţa *binah* ne oferă experienţa lucidităţii neîntrerupte, ceea ce afectează în mod dramatic vieţile noastre.

Conştiinţa *hohma*: Experienţa *Neantului*

Următorul nivel de conştiinţă este *hohma*, care este mult mai absconsă ca *binah*. Pentru a putea ajunge la nivelul *hohma* este necesar să lucrăm timp îndelungat cu conştiinţa *binah*. *Hohma* este ceea ce cabaliştii din vechime numeau *ain*, Neant. Dar, aşa cum am arătat mai devreme, neantul este „ceva" ce poate fi cunoscut şi simţit.

Mulţi confundă amorţeala mentală, lipsa de gânduri sau somnul cu Neantul. De exemplu, uneori - aflându-se în plină şedinţă de meditaţie - unii oameni cred că sunt pe calea cea bună când nu se întâmplă nimic; nu simt nimic, nu ştiu nimic. În acest caz însă, este foarte probabil că au adormit în poziţia de meditaţie. Conştiinţa *hohma* este o stare total diferită. Înseamnă a trăi experienţa conştiinţei pure. Nici un fel de gând, ca atare, nu mai aparţine persoanei. Tot ce se petrece în acel moment este „observat", dar nu la nivelul judecăţii cognitive, ci ca impuls senzorial. Nu mai este vorba de „cineva" care observă, nu mai există identificare egocentristă, nu există nimeni care să reacţioneze; este pur şi simplu observare şi atât.

Conştiinţa *hohma* nu poate fi a mea sau a ta, nu o putem avea, ea aparţine universului conştiinţei. Intrând în acest univers, devenim invizibili. Corpul nu încetează să funcţioneze - continuă să respire şi chiar continuă să gândească. dar nici unul din aceste aspecte nu mai are vreo importanţă atunci când intrăm în starea de conştiinţă *hohma*.

Pe când, pentru a putea realiza starea de conştiinţă *binah*, putem folosi în mod conştient tehnici de meditaţie, conştiinţa *hohma* ne poate parveni numai prin graţia divină. Nu o putem forţa să vină, dar o putem invita. Şi facem asta prin atenţia şi grija pe care le manifestăm în practicarea exerciţiilor de conştiinţă *binah*. Cu cât devenim mai experţi în a fi prezenţi constant în momentul actual, cu atât sunt mai mari şansele noastre de a realiza starea de conştiinţă *hohma*.

Această stare de spirit este recunoscută în iudaism ca expresie a unui anume grad de iluminare. Mulți cred că ea reprezintă premisa pentru dobândirea *devekut*, Conștiința permanentă a Divinității, care este scopul suprem al aproape tuturor practicilor contemplative din iudaism. Exersarea regulată a acestei practici ne aduce mai aproape de dobândirea sentimentului de conexiune directă cu Dumnezeu.

9. CALEA UIMIRII PLINE DE ÎNFRICOȘARE ȘI RESPECT

Simțământul de uimire și venerație se naște din înțelegerea exactă a relației dintre procesul de Dumnezeind și cel de Creând. Rolul fiecăruia dintre noi în acest proces este dinamic. Sentimentul de responsabilitate pentru fiecare din faptele, cuvintele și gândurile noastre poate fi intensificat în asemenea măsură încât să ne cutremurăm dacă ne gândim la posibilități.

În *Psalmi* se spune că „începutul înțelepciunii este frica de Domnul".[60] Înțelepții spuneau: „Fericit este cel căruia îi este întotdeauna teamă", ceea ce este interpretat ca însemnând „cel căruia îi este întotdeauna teamă de Dumnezeu".[61] Înțelepciunea decurge din înțelegerea că echilibrul universului se bazează pe acțiunile noastre, ale fiecăruia dintre noi. Realizarea semnificației adevărului mistic ne conduce la concluzia copleșitoare că fiecare dintre noi este răspunzător pentru modul în care va evolua universul.

Cabala consemnează că, odată ce ne dăm seama că Prezența Divină se află pretutindeni, înțelegem că nimic nu este prea mic sau insignifiant pentru a fi exclus din Ea.[62] Nici un gest nu este lipsit de importanță; totul are un sens și o semnificație - căderea unei frunze, chemarea unei păsări, forma unui nor. Dacă este cu adevărat așa, nici nu ne putem imagina pe de-a-ntregul implicațiile lucrurilor pe care le facem. În felul acesta cultivăm înfricoșata uimire.

Singur cu Dumnezeu

Iudaismul modern pune un mare accent pe participarea la viaţa comunităţii. Mulţi îndrumători spirituali şi învăţaţi au chiar convingerea că practicile spirituale individuale sunt contrare tradiţiei. Avem nevoie de zece persoane pentru a fora un *minian* de rugăciune, sărbătorile se celebrează în colectiv, comunitatea este o importantă reţea de sprijin pentru menţinerea multor reguli privind Şabatul şi respectarea prevederilor de caşrut. Practicarea religiei iudaice este aproape imposibil de susţinut fără o comunitate.

Totuşi, misticii iudaici au fost totdeauna atraşi de practici precum introspecţia, contemplaţia şi izolarea *(hitbodedut)*. Ei evidenţiază faptul că revelaţia *Torei* s-a petrecut când Moise a fost singur pe munte timp de patruzeci de zile. Şi chiar mulţi profeţi au recurs la izolare, inclusiv Ilie şi Elisei.

Talmudul îl citează pe Şimon, fiul lui Raban Gamliel, care ar fi spus: „Am crescut petrecându-mi toate zilele printre înţelepţi şi am descoperit că nimic nu este mai bun pentru tine însuţi decât tăcerea".[63] În *Zohar*, rabi Eleazar spune: „Pentru mine păstrarea tăcerii a fost mijlocul prin care am construit sanctuarul din înalturi şi sanctuarul de dedesubt."[64] Sanctuarele din înalturi şi de dedesubt sunt locurile unde cineva realizează profunda comuniune cu Dumnezeu.

Abraham Abulafia (secolul al treisprezecelea) a spus: „Alegeţi o casă izolată de unde nimeni nu-ţi va putea auzi vocea. Stai acolo, în ascunzişul tău şi nu dezvălui secretul tău nici unei persoane."[65] Exemplele de cunoscuţi îndrumători spirituali care au recurs la perioade prelungite de izolare în solitudine sunt cu zecile, printre aceştia fiind şi Isaac Luria, Baal Şem Tov, Haim Vital, Iosif Caro şi rebe Nahman din Braţlav.[66]

Pentru cabalişti, una din instrucţiunile secrete privind tăcerea provine din descrierea viziunii profetice a lui Ezechiel, în care se spune: „Iată venea dinspre miazănoapte un vânt

vijelios... din mijlocul căruia strălucea ca un metal în văpaie *(haşmal)* care [ieşea] din mijlocul focului."[67] *Talmudul* spune că trebuie să despărţim cuvântul *„haşmal"* în două: *haş*, care înseamnă „tăcut" şi *mal*, care înseamnă „a vorbi".[68] Aceasta este „tăcerea grăitoare" care deţine misterele Creaţiei.

O reîntâlnim într-un alt pasaj profetic celebru, când Ilie s-a izolat pentru patruzeci de zile şi nopţi şi apoi a fost îndrumat să stea pe un munte. Acolo a apărut o vijelie puternică, dar răspunsul nu se afla în vânt. Apoi a avut loc un cutremur, dar răspunsul nu era nici în acesta. Pe urmă, a avut loc un foc, dar nici acolo nu era răspunsul. În cele din urmă s-a auzit „o voce ca un susur blând şi subţire", care i-a dezvăluit lui Ilie tot adevărul ascuns.[69]

Tăcerea, pentru cel ce practică contemplaţia, înseamnă tăcere interioară. Poţi să te afli pe Fifth Avenue în timpul aglomeraţiei de la prânz, în mijlocul unei veritabile cacofonii de zgomote, şi să fii cufundat într-o stare de totală tăcere interioară. Pe de altă parte, poţi să te afli singur într-o cabană din mijlocul pădurii şi să nu ai parte de tăcere interioară. Tăcerea interioară înseamnă să ai capacitatea de a percepe până şi trecerea uşoară ca fulgul a celor mai subtile gânduri ce pot apare în minte.

În mod normal, ne dăm seama de procesul nostru de gândire grosier. Gândurile sunt ca nişte zgomotoase camioane Diesel ce huruie în conştientul nostru. Ne captează şi ne copleşesc cu insistenţa lor. Uneori reuşim să ne liniştim în aşa măsură încât gândurile să devină mai calme şi mai line. Întinşi pe plajă, cernem în reflecţie nisipurile timpului. Prin minte ne licăresc gânduri şi imagini şi ne simţim liniştiţi de amploarea şi orizontul experienţei noastre de viaţă. Dar astea sunt totuşi instrumente cântând solouri într-o sală de concerte tăcută, intervenţii încă distincte, clare şi puternice. Încă nu suntem concentraţi pe de-a-ntregul pentru că nu sesizăm chiţăitul unui şoricel de sub rândul trei de scaune de la balcon.

Mişcarea aproape insesizabilă a şoricelului ascuns este ceea ce vrem să observăm. Cât de liniştite şi tăcute trebuie să

fie încăperile lăuntrice ale minţilor noastre pentru a o putea face! Aceasta este tăcerea şi liniştea lăuntrică căutată de misticii cufundaţi în contemplaţie. Aici capătă formă o nouă realitate, una care este mai puternic conectată cu nivelurile conştiinţei elevate decât ceea ce putem realiza în mediul gălăgios al stărilor noastre mentale obişnuite. Aici poate fi auzit susurul blând al vocii lui Dumnezeu.

Hitbodedut este forma reflexivă a verbului *„boded"*, care înseamnă „izolat" sau „retras în solitudine". Astfel, *hitbodedut* înseamnă „a se izola sau retrage în solitudine în mod voit". Ne putem izola fizic, retrăgându-ne din lumea cotidiană într-un loc care ne asigură singurătatea sau retrăgându-ne în centrul fiinţei noastre chiar atunci când ne găsim într-o încăpere plină de lume. În lumea noastră trepidantă, acest lucru nu este uşor de făcut.

Hasidimii (discipolii) din Braţlav, adepţi ai lui rebe Nahman, practică activ *hitbodedut* ca parte componentă a instruirii lor spirituale. De obicei, se duc în pădure în plină noapte şi se despart unii de ceilalţi, până când fiecare rămâne singur. Apoi, aceştia vorbesc cu Dumnezeu direct, în propriul limbaj. Spun orice le apasă cugetul, absolut orice.

Am mers şi eu o dată cu un astfel de grup. Imediat ce ne-am despărţit şi am rămas singur în întuneric m-a cuprins o frică soră cu moartea. Pădurea pe timpul nopţii este pentru mine un loc ce mă umple de spaime. Îmi închipui tot timpul că văd urşi în preajmă. orice umbră devine o creatură cu dinţi şi ghiare ascuţite, orice sunet este târâitul unui şarpe. Stăteam aşa, tremurând de groază.

Atunci l-am auzit, la o oarecare distanţă, pe unul dintre compatrioţii mei invocând cu o voce întretăiată de suspine: „Dumnezeule, unde eşti? Ce eşti? De ce durează atât de mult până să-ţi faci simţită prezenţa? De ce nu te pot simţi? Nici măcar nu ştiu cui mă adresez. De ce faci ca totul să fie atât de dificil?" Şi a izbucnit în hohote de plâns.

Cumva, această chemare tânguitoare mi-a redat încrederea, m-a calmat. M-a făcut să plâng. Şi am plâns destul

de mult. Apoi, mi-am început propria chemare. Nu cu glas tare, ca prietenul meu, pentru că mi-era jenă. Iar Dumnezeu - dacă există ca atare - putea, la urma urmei, să-mi audă şoapta ori chiar gândul. Dar fuseserăm instruiţi că trebuie să articulăm cuvintele, nu doar să gândim ceea ce vrem să spunem. Exprimarea verbală era o parte esenţială a acestei experienţe. Articularea cuvintelor, fie şi în şoaptă, are o calitate emoţională şi o coerenţă care lipseşte gândului.

Am spus: „Am nevoie de ajutor în asta. Nu ştiu ce fac aici. Mi-e teamă. Am nevoie de ajutor." Am repetat: „Am nevoie de ajutor", ca un fel de mantra, timp de mai multe minute în şir. Apoi am tăcut. Peste un timp am reluat: „Am nevoie de ajutor, am nevoie de ajutor", mereu şi mereu. Am repetat cuvintele astea vreo jumătate de oră, poate mai mult.

În cele din urmă, am izbucnit în lacrimi şi m-am trezit spunând „Mulţumesc, mulţumesc", nimănui şi fără vreun motiv evident. Cu cine vorbeam? Ce se întâmpla? N-aveam nici cea mai mică idee, dar mă simţeam mai bine nu ştiu de ce. Frica îmi dispăruse. Pădurea a devenit prietenoasă. Nu mai era un loc periculos şi înspăimântător pentru că, dintr-un motiv necunoscut, nu mă mai simţeam singur.

Năzuinţa de comuniune cu Dumnezeu

Cu mulţi ani în urmă, conduceam un seminar la Fundaţia Lama, în munţii din regiunea deşertică de lângă Taos, New Mexico. Era un grup eclectic, cu patru îndrumători: un budist, un sufist, un creştin şi un evreu. La momentul respectiv mă amuza formula aceasta pentru că trei dintre cei patru îndrumători erau evrei prin naştere. Aproape jumătate din participanţi erau şi ei evrei. Aspectul nu este neobişnuit, chiar şi în ziua de azi, la adunările sau seminariile spirituale.

Dimineaţa, organizam exerciţii iudaice de contemplaţie, care cuprindeau întotdeauna recitarea rugăciunii centrale: *Şema Israel, Adonai Eloheinu, Adonai Ehad* (Ascultă,

O Israel, Domnul este Dumnezeul nostru, Domnul este unul). Modul în care explic eu sensul acestei rugăciuni este următorul: Ascultă cu atenţie *(Şema)*, acea parte din fiecare din noi care năzuieşte să meargă direct la Dumnezeu (Israel-laşar El)[70], transcendentala şi incognoscibila sursă a surselor *(Adonai)* şi Dumnezeul cu care ne putem inter-relaţiona prin imanenţa Sa în tot ce ne înconjoară *(Eloheinu)*, ambele aspecte - cel transcedental *(Adonai)* şi cel imanent - sunt, de fapt, în mod paradoxal, unul şi acelaşi *(Ehad)*.

Aproape de finalul perioadei de o lună de retragere în munţi, întregul grup a decis să urce pe Muntele Lama, către un platou situat la o înălţime mai mare. Traseul este lung, şerpuit şi abrupt. este greu de reperat noaptea, chiar cu o lanternă puternică.

Una din femeile care participase în dimineaţa respectivă la exerciţiile grupului meu de rugăciune - o creştină pe care o interesa mistica iudaică - a încercat, în jurul miezului nopţii, să coboare singură de pe platou, fără lanternă. Curând, s-a rătăcit. Dar mai era o problemă - una foarte serioasă. Chimismul organismului ei exploda ori de câte ori femeia devenea nervoasă sau agitată. Se îmbujora şi pe tot corpul îi apăreau pete stacojii. Dacă se speria foarte tare îi apărea o erupţie cu mâncărime, atât extern, cât şi intern. Esofagul i se putea strânge în aşa măsură încât să o sufoce.

Rătăcindu-se pe Muntele Lama, femeia a avut un atac sever de panică. Întregul sistem de funcţionare a organismului i s-a blocat şi a început să se sufoce. Nu putea merge înapoi, în sus, şi nici înainte, în jos, şi nu putea rămâne unde era. Moartea îi dădea târcoale.

Atunci, fără vreun motiv anume, a început să recite Şema. Mai târziu mi-a spus că rugăciunea pur şi simplu s-a tălăzuit în lăuntrul ei şi că a ştiut că asta era singura ei şansă de a supravieţui. A recitat cuvintele rugăciunii iar şi iar şi au început să i se elibereze căile respiratorii. Când i s-a risipit panica, şi-a dat seama că putea vedea poteca în întuneric, de

parcă ar fi fost fosforescentă. A coborât atunci de pe munte, liniştit şi voios, recitând Şema pe tot parcursul drumului.

Cuvintele rugăciunii acesteia sunt minunate, mai ales când sunt înţelese în contextul lor mistic. Ele ne conectează pe toţi, evrei şi ne-evrei, cu o esenţă lăuntrică comună care năzuieşte să se unească cu sursa Creaţiei. Prin recitarea rugăciunii, femeia a realizat comuniunea cu acea parte din sine care năzuieşte să se unească cu Dumnezeu. Când a vorbit direct cu Necunoscutul, realitatea ei s-a schimbat.

Misticii spun că Dumnezeu se chema pe sine prin ea.

Practicarea uimirii: Partea 1

1. Găsiţi un loc în casa dumneavoastră unde puteţi fi singur şi netulburat vreme de o jumătate de oră.

2. Luaţi cu dumneavoastră o carte cu conţinut înălţător, care, deschisă la orice pagină, vă poate oferi un pasaj semnificativ în câteva rânduri. Multe cărţi sunt recomandabile în acest scop: *Biblia*, *Psalmii*, cărţi de poezie, autobiografii spirituale, ghiduri de meditaţie, cărţi despre persoane sfinte, cărţi de rugăciune şi aşa mai departe.

3. Petreceţi primele zece minute încălzindu-vă inima, şezând liniştiţi cu ochii închişi, poate chiar fredonând uşor o melodie liniştitoare.

4. În următoarele zece minute, imaginaţi-vă că puteţi comunica direct cu Dumnezeu, orice înseamnă asta pentru dumneavoastră. Spuneţi cu glas tare ce vă frământă cugetul. Nu importă subiectul. Continuaţi să vorbiţi non-stop timp de zece minute. Dacă vă simţiţi nelalocul dumneavoastră, jenat de asta, vorbiţi despre această jenă. Dacă sunteţi nelămurit, încurcat, vorbiţi despre asta. Vorbiţi despre orice: enervare, mânie, frustrare, iubire, despre absolut orice.

5. În timpul ultimelor zece minute dedicate acestui exerciţiu deschideţi cartea pe care o aveţi cu dumneavoastră, la întâmplare. Citiţi câteva rânduri de pe pagina la care s-a

deschis - nu mai mult de un paragraf - apoi închideți cartea. Continuați să stați liniștit.

6. Faceți acest exercițiu o dată pe săptămână timp de cel puțin zece săptămâni. După fiecare ședință de o jumătate de oră, scrieți-vă imediat trăirile într-un jurnal. La încheierea celor zece ședințe, citiți toate notațiile din jurnal. Dacă nu ați simțit niciodată în acest răstimp nici un fel de conectare specială, acest gen de practică nu este adecvat pentru dumneavoastră în acest moment. Dacă însă ați simțit așa ceva - o dată sau de mai multe ori - atunci continuați să exersați până ce simțiți că ați realizat legătura intimă cu vocea dumneavoastră lăuntrică. Din acel moment, pe mai departe puteți continua practica în momente situate la întâmplare, pentru că veți avea de-atunci încolo acces imediat la vocea dumneavoastră lăuntrică.

Practicarea uimirii: partea a 2-a

1. Programați-vă un minim de trei zile pentru o recluziune personală. Poate fi și pentru mai mult timp, dar trei zile sunt suficiente pentru început. (Dacă aveți copii, va trebui să stabiliți niște aranjamente speciale în ceea ce privește îngrijirea lor sau să vă găsiți o încăpere separată în casă, unde să stați absolut singur).

2. Fie că locuiți singur sau cu cineva, desemnați un spațiu inviolabil, unde nu veți fi deranjat pe tot parcursul acestei perioade.

3. Dormiți și mâncați în acest spațiu inviolabil. Închideți telefonul; nu răspundeți la soneria de la ușă; nu vă ascultați mesajele de pe robotul telefonic. Cu alte cuvinte, onorați cum se cuvine acest timp pe care vi-l acordați - îl acordați sufletului dumneavoastră - pe parcursul recluziunii.

4. În tot acest timp reduceți partea de „a face" din existența dumneavoastră și amplificați partea de „a fi". Printre activitățile recomandate se află: observarea respirației, privitul

contemplativ, psalmodierea, hata yoga, rugăciunea, observarea gândurilor, fixarea cu privirea a lumânărilor aprinse, alimentaţia simplă, neangajarea în nici un fel de acţiune (a nu face absolut nimic) şi orice alte feluri de activităţi (sau non-activităţi) care pot spori prezenţa activă/atentă. Activităţi nerecomandate sunt: lectura distractivă, scrierea îndelungată, urmărirea emisiunilor TV, ascultarea radioului, audiţiile muzicale, studiul, folosirea calculatorului, alimentaţia cu hrană complexă, practicarea loviturilor de golf şi orice fel de activitate ce ne permite să devenim neatenţi, neconcentraţi.

5. Ideea este nu de a ne trece pur şi simplu timpul, ci de a observa ce se petrece în minţile noastre când nu este nimic care să ne distragă atenţia. După o perioadă iniţială de plictiseală, anxietate, disconfort şi frustrare, devenim prezenţi şi angrenaţi la un nou nivel. Este un exerciţiu provocator şi fascinant.

6. Ţineţi un jurnal simplu, limitându-vă la perioade fixe şi scurte de timp în care să scrieţi în el.

Pentru mai multe îndrumări privind modul de organizare a unei recluziuni personale puteţi consulta cărţile mele *Silence, Simplicity and Solitude* [Tăcere, simplitate şi solitudine] (Bell Tower, 1992) şi *Renewing Your Soul* [Reînnoirea sufletului dumneavoastră] (Harper - San Francisco, 1995).

Practicarea uimirii: partea a 3-a

1. Ori de câte ori vă simţiţi mulţumit sau recunoscător pentru ceva, spuneţi în şoaptă - cu prima ocazie - o declaraţie de recunoştinţă către univers.

2. Ori de câte ori vă simţiţi înstrăinat, negativist, însingurat, trist, cuprins de amărăciune, frustrat, deziluzionat sau cumva nu în apele dumneavoastră, cereţi întotdeauna ajutor. Cu prima ocazie, şoptiţi către univers ceva de genul:

„Mă simt trist şi mi-ar prinde bine un ajutor ca să mă simt mai bine. Te rog, ajută-mă".

3. Ori de câte ori simţiţi că vă lipseşte ceva, aveţi o deficienţă - vă trebuie mai mult timp, mai mulţi bani, mai multe haine, mai mult sprijin - la prima ocazie, şoptiţi ceva de genul: „Simt nevoia de a avea mai mulţi bani, aşa că solicit ajutor în această problemă - fie să am mai mulţi, fie să-mi găsesc liniştea cu cât am." Când faceţi asta, obiectivul nu este în mod necesar de a satisface nevoia, ci de a găsi o poziţie de echilibru şi de mulţumire cu ceea ce este.

4. Ori de câte ori simţiţi impulsul de a vorbi spontan universului pentru orice motiv, găsiţi cu prima ocazie momentul de a o face. Ideea este, evident, de a dezvolta o relaţie. Din când în când ne simţim oarecum singuri. Scopul acestui exerciţiu este de a contracara acest simţământ de singurătate, oferindu-i sufletului companie. Asta ne poate furniza o putere uriaşă de a ne descurca în încercările la care ne supune în permanenţă viaţa.

10. CALEA NETULBURATEI SENINĂTĂŢI

O povestire iudică didactică relatează despre un discipol avansat în studiul misticii iudaice care a călătorit până la o instituţie secretă, unde se aflau cei mai iluminaţi oameni ai timpului. Acesta voia cu disperare să fie şi el primit în cadrul acelei instituţii, astfel încât să câştige în înţelepciune. Dar pentru a putea fi admis printre acei învăţaţi - numiţi Maeştri ai Concentrării - respectivul trebuia să treacă un examen.

Unul dintre bătrânii înţelepţi i-a spus tânărului:

- Fiule, te afli pe calea cea dreaptă şi obiectivul pe care-l urmăreşti este de admirat. Dar pentru a putea să fi admis în comunitatea noastră trebuie să fi atins un anume nivel de detaşare şi neimplicare senină *(hiştavut)*. Poţi să ne spui că ai ajuns la detaşare?

Tânărul nu se aşteptase la o asemenea întrebare şi l-a întrebat pe înţelept:

- Maestre, vă rog să-mi explicaţi ce vreţi să spuneţi prin detaşare.

Bătrânul a spus:

- Fiule, dacă cunoşti o persoană, care-ţi aduce laudă şi te stimează, şi o alta care te dispreţuieşte şi te insultă, sunt aceste persoane la fel pentru tine?

Tânărul a reflectat în tăcere un timp, trecându-şi în revistă propriile sentimente.

Apoi, a răspuns:

- Maestre, desigur că persoana care mă stimează îmi produce simţăminte de plăcere şi satisfacţie, iar cea care mă insultă îmi produce suferinţă. Dar, pot spune cu toată onestitatea că nu am nici un sentiment de ranchiună şi nu doresc să-mi iau în vreun fel revanşa. Aşa că, eu cred că am atins nivelul detaşării.

Bătrânul înţelept a clătinat din cap:

- Nu, fiule, nu ai atins nivelul detaşării după măsurile noastre. Faptul că sufletul tău simte durerea unei insulte demonstrează că nu vei fi capabil să-ţi consacri gândurile în exclusivitate lui Dumnezeu. Nivelul nostru de concentrare necesită absenţa oricărei ezitări sau oscilaţii, fie chiar de o clipă. Prin urmare, mergi în pace până când vei deveni cu adevărat detaşat pentru a te putea concentra.[71]

Cerinţele pentru admiterea în această academie mistică par extrem de severe. Nu este de ajuns oare să fim capabili a ne învinge gândurile perturbatoare? Putem atinge într-adevăr o stare de spirit în care astfel de gânduri nici măcar nu mai apar deloc? Înţelepţii iudaici spun că da şi la fel afirmă marii îndrumători spirituali din majoritatea tradiţiilor spirituale.

Starea de spirit pe care trebuie s-o atingem se numeşte *ain*, Neant. Trebuie să fim nimic în proprii noştri ochi, prin urmare non-creativi. Aşa cum am văzut, putem atinge nivelul *ain* prin practica de contemplaţie *bitul haizeş*, calea smereniei

şi lipsei de vanitate.[72] Astfel, lipsa de vanitate este o premisă necesară pentru dobândirea detaşării.

În starea de *ain* descoperim o cu totul altfel de raportare faţă de întrebări precum: Cine sunt eu? Ce sunt eu? Unde mă aflu eu? Sunt eu un nume? Sunt eu o relaţie cu familia mea? Sunt eu ceva identificat printr-o adresă, permis de conducere, carnet de asigurări sociale, permis de bibliotecă sau număr de telefon? Din perspectiva lipsei de vanitate şi egoism, realizăm că - deşi putem fi identificaţi şi deosebiţi între noi prin simboluri materiale cu care suntem asociaţi - sufletele noastre de esenţă sunt cu totul altceva, ceva ce este dincolo de nume, numere, măsuri sau alte forme obişnuite de identificare.

Cine sunt eu? Sunt nimeni. Nu există *eu*. Există numai ceea ce permite punerea acestei întrebări. Cine pune întrebarea? Dumnezeind întreabă, prin intermediul acestui corp, această minte. Cine gândeşte? Cine citeşte aceste rânduri?

Precum un copil care întreabă fără sfârşit „de ce, de ce, de ce?", folosim această practică pentru a pune întrebările cu „cine" la fiecare răspuns propus. Şi, la fel cum, în cele din urmă, punem capăt întrebărilor copilului cu replica enigmatică „Numai Dumnezeu ştie de ce!", punem capăt şi întrebărilor noastre cu „cine", pentru că ele nu au o soluţie finală. Totuşi, acestea ne conduc la o înţelegere profundă, iar această înţelegere şi cunoaştere este mijlocul prin care dobândim starea de spirit elevată ce conduce la lipsa de egoism. Nu este vorba de anihilare de sine - nu încetăm să existăm în această practică. Este, mai degrabă, realizarea naturii omniprezente a conştiinţei divine. Când un discipol spiritual atinge un nivel al conştientului în care intră în zona smereniei şi lipsei de egoism, aceasta îl conduce la realizarea că Dumnezeu este prezent pretutindeni, inclusiv în propria conştiinţă a fiecărui om.

În secolul al optsprezecelea, maghidul din Kozienice, rabi Israel Haupstein, a spus: „Sunt două feluri de lideri

spirituali. Unul este genul de mare lideri care împlineşte în permanenţă vrerea lui Dumnezeu, dar realizează că el este cel care face acest lucru. Un astfel de om nu are puterea de a aduce totul la sursa sa originară (adică, să salveze toate scânteile de divinitate) sau de a face pe ceilalţi să înţeleagă că totul derivă din voinţa lui Dumnezeu. Explicaţia este că acest lider spiritual nu [înţelege pe deplin] că şi propriile sale veneraţie şi evlavie *provin în ultimă instanţă de la Dumnezeu* [din cauză că are o pronunţată conştiinţă de sine]. Există însă alt gen de lideri spirituali, care nu reprezintă nimic în proprii lor ochi (sunt lipsiţi de vanitate). Ei îşi dau seama că puterea lui Dumnezeu este totul şi că, fără aceasta, nu există nimic. Acest gen de lideri pot readuce toate calităţile şi gândurile la sursa lor originară. Un astfel de lider spiritual poate fi nimic în lăuntrul său (lipsit de egoism şi vanitate), dar să radieze lumină şi toată Influenţa Divină în lume."[73]

În asta constă secretul mistic: scânteile de divinitate se înalţă atunci când realizăm pe deplin că nu suntem decât mijloace pentru manifestarea Voinţei Divine. În mod paradoxal, aceste mijloace au propria lor voinţă de opţiune. Dar când deţinătorii acestei voinţe libere (tu şi eu) cred că suntem identităţi separate, nu fac decât să se separe de sursa vieţii şi, ca atare, scânteile nu pot fi returnate la sursa lor. Când nutrim însă convingerea că suntem împuterniciţi şi alimentaţi de o forţă centrală, atunci liberul arbitru este folosit în beneficiul acestei forţe, iar scânteile de divinitate sunt returnate la sursa lor originară.

Aşa cum a spus rabi Levi Iţhak din Berdicev: „În fiecare clipă, toate universurile îşi primesc subzistenţa şi existenţa de la Dumnezeu. Însă oamenii sunt ceea ce motivează această susţinere şi ei o transmit tuturor lumilor. Când cineva îşi anulează complet conştiinţa de sine şi, prin aceasta, atribuie Gândire Neantului, atunci o nouă undă de susţinere se propagă către toate universurile. Aceasta este o susţinere spirituală, care nu a existat în prealabil. Trebuie să fim într-o stare atât de profundă de uimire evlavioasă în faţa lui

Dumnezeu încât sinele nostru egocentric să fie total anulat. Numai atunci se va putea propaga această undă de susţinere, încărcată de tot binele, către toate universurile."[74]

Unirea liberului nostru arbitru cu Voinţa Divină produce propagarea unui nou gen de „susţinere" în univers. Adică, această combinaţie înalţă scânteile de divinitate şi aduce un nou nivel de conştiinţă în toate universurile Creaţiei. Acesta este produsul demersului de atribuire a Gândului - a minţii - Neantului, centrul Creaţiei.

Astfel, practicăm calea detaşării, a netulburatei seninătăţi, ceea ce implică atingerea stării de smerenie şi lipsă de egoism, în scopul realizării a mult mai mult decât iluminarea personală. Aceasta este considerată calea adevăratei înţelepciuni şi este procesul prin care se elevează conştiinţa în toate universurile.

Practicarea detaşării: partea 1

1. Stând liniştit şi permiţându-i minţii să reflecteze, încercaţi să vă reamintiţi cât de multe ocazii puteţi din ultimul an de zile când aţi fost supărat şi v-aţi enervat şi ce anume a generat supărarea dumneavoastră.

2. Încercaţi acum să rememoraţi cât mai multe ocazii puteţi din întreaga dumneavoastră viaţă când aţi fost supărat. Cât de multe detalii vă puteţi aminti?

3. Veţi observa că, oricât de mult vă străduiţi, vă veţi putea aminti doar câteva ocazii; chiar şi pentru acestea, multe dintre detalii nu vi le mai puteţi aminti. Observaţi, de asemenea, că peste 90 la sută (şi poate chiar 99 la sută) din experienţele de supărare pe care le-aţi avut sunt complet uitate. Reflectaţi asupra acestui lucru pentru câteva minute.

4. Acum, încercaţi să vă amintiţi toate ocaziile de mare bucurie pe care le-aţi avut în viaţă. Străduiţi-vă să vă amintiţi toate detaliile legate de acestea, cât mai bine puteţi.

5. Desigur, aţi observat că peste 90 la sută din experienţele de bucurie sunt şi ele uitate. Este adevărat că în anumite momente din viaţa noastră se întâmplă ceva care ne face să ţinem minte un eveniment supărător, trist sau fericit, dar scopul acestui exerciţiu este de a ne face să ne dăm seama că experienţele de mare implicare emoţională nu dureză mult în amintire şi că, în majoritatea cazurilor, sunt repede uitate. Din nou, reflectaţi asupra acestui lucru timp de câteva minute.

6. În asta constă acest exerciţiu. Cu cât reflectăm mai mult asupra naturii efemere a emoţiilor noastre, cu atât mai mult ne dăm seama că următoarea noastră reacţie emoţională puternică va trece şi ea cu siguranţă şi va fi uitată, deşi - în momentul respectiv, când ne implicăm cu toată pasiunea - nu credem acest lucru.

Practicarea detaşării: Partea a 2-a

1. Stând liniştit şi permiţând minţii să reflecteze, încercaţi să vă gândiţi la o întâmplare recentă, în care aţi fost personal angrenat şi care a însemnat pentru dumneavoastră o mare încercare emoţională.

2. Imaginaţi-vă că observaţi acest eveniment de la nivelul sufletului. Presupuneţi că vedeţi cu claritate care sunt implicaţiile cosmice ale evenimentului şi că puteţi aprecia ceea ce s-a întâmplat din perspectiva universului. Observaţi că sufletul are un punct de vedere extrem de obiectiv.

3. Alegeţi un alt eveniment evocator şi reflectaţi asupra lui din perspectiva sufletului, examinând toate variabilele care au trebuit să conveargă pentru ca să se petreacă respectivul eveniment. Gândiţi-vă cum va afecta viitorul imediat şi pe cel îndepărtat.

4. Repetaţi punctul 3 pentru oricâte evenimente cu încărcătură emoţională vă puteţi aminti, fie ele negative şi enervante sau pozitive şi fericite. De fiecare dată veţi observa

că evaluarea lor dintr-o perspectivă de ansamblu diminuează intensitatea încărcăturii emoţionale.

5. Pe măsură ce vă consolidaţi observatorul lăuntric, examinaţi-vă în acest fel toate evenimentele din viaţă. Faceţi acest exerciţiu cu regularitate, o dată pe săptămână, de exemplu, reflectând asupra inter-relaţionărilor dumneavoastră din perspectiva sufletului. În timp, veţi acumula un rezervor de înţelegere, care vă va ajuta să neteziţi unduirile tumultoase din viaţa dumneavoastră. O tulburare într-un bazin de mică adâncime provoacă o adevărată furtună; o tulburare de aceeaşi intensitate va provoca însă într-un bazin de mare adâncime nişte modeste şi insignifiante vălurele.

11. CALEA STĂRILOR DE SPIRIT EXTRAORDINARE

Misticii iudaici întreprind deseori călătorii sufleteşti în alte tărâmuri. Într-un fel, este o manieră de a muri. Cu cât avem mai multe experienţe de astfel de călătorii, cu atât devenim mai liniştiţi în ceea ce priveşte perspectivele noastre de după moarte. Multe tradiţii spirituale susţin că, pentru a intra în stări de conştiinţă elevată, trebuie mai întâi să dispărem, să murim din conştiinţa de sine.

În mistica iudaică, conştiinţa elevată a fost întotdeauna asociată cu starea profetică de spirit. Aceasta se numeşte *ruah ha-kodeş*, spiritul de sfinţenie, izvorul profeţiei care este sursa inspiraţiei divine. Deşi se cunosc puţine lucruri despre practicile spirituale ale profeţilor din antichitate, mistica iudaică conţine multe descrieri de metode şi tehnici pentru dobândirea *ruah ha-kodeş*. Acestea cuprind: rugăciunea intensă şi prelungită, retragerea în solitudine, practicarea continuă a actelor de milostenie, cufundarea totală în contemplaţia Divinităţii, repetarea numelor sfinte ale lui Dumnezeu şi aşa mai departe. Odată ce am atins această stare elevată de conştiinţă, suntem pregătiţi pentru realizarea

obiectivului suprem de *devekut*, comuniunea cu Divinitatea. Este evident că această etapă avansată de practică contemplativă necesită instaurarea unei discipline riguroase în viaţa de zi cu zi.

De peste o mie de ani, cabaliştii folosesc vizualizarea pentru a putea pătrunde în planurile înalte. Teza mistică „Precum în înalturi, aşa şi dedesubt" se bazează pe punctul de vedere holistic că totul este interconectat. În timp ce adepţii altor tradiţii aşteaptă ca viziunile despre alte realităţi să vina la ei, cabaliştii îşi folosesc în mod activ imaginaţia pentru a accede la aceste realităţi. În principiu, dacă putem să ne imaginăm ceva, este ca şi când am face acel lucru în fapt.

Următoarea vizualizare poate fi dificilă pentru unii cititori. Poate fi făcută pe etape sau toată deodată. În ambele cazuri însă trebuie repetată de cel puţin şase ori sau până când imaginile sunt clar implantate în minte. Putem face acest exerciţiu de meditaţie singuri, dar este mai eficient atunci când se lucrează în doi, o persoană citindu-i celeilalte instrucţiunile. Dacă lucrăm singuri, este, poate, indicat să utilizăm o înregistrare a instrucţiunilor, oprind caseta din când în când pentru a ne acorda o oarecare flexibilitate. Chiar când se lucrează sub îndrumare, persoana care meditează este cea care stabileşte ritmul de desfăşurare a exerciţiului.

Ori de câte ori terminaţi şedinţa de vizualizare, inversaţi rapid ordinea de succesiune a etapelor şi parcurgeţi-le înapoi până la etapa întâi. Vizualizarea trebuie întotdeauna să înceapă şi să se termine cu instrucţiunile iniţiale de observare a respiraţiei şi a mişcărilor corpului. Acest lucru este foarte important.

Cât timp faceţi această vizualizare, asiguraţi-vă că nu veţi fi deranjat. Puneţi un bilet pe uşă. Deconectaţi telefonul. Dacă vizualizarea se face sub îndrumare, nu lăsaţi niciodată persoana care meditează singură în mijlocul vizualizării şi nu o forţaţi mai mult decât este dispusă să avanseze.

Când îndrumaţi o vizualizare cu o persoana care nu are experienţă în acest domeniu, dumneavoastră, ca ghid, trebuie să citiţi următoarele:

Ori de câte ori întreprindem o vizualizare, nu trebuie să avem idei preconcepute în ceea ce priveşte modul acesteia de manifestare. Unii oameni văd imagini de parcă în minţile lor ar funcţiona un ecran video; alţii au puternice impresii sonore. Există oameni care au doar senzaţii încețoşate, văd doar imagini vagi sau numai nişte umbre, iar mulţi „vizualizează" pur şi simplu gândind. Nu există un mod corect sau greşit; de a face asta. Ceea ce contează este să fim prezenţi în acest proces.

Meditaţia cu Tronul lui Dumnezeu
Etapa întâi: Grota Macpela

1a. „Închideţi ochii şi respiraţi adânc. Relaxaţi-vă şi observaţi cum vi se ridică şi se coboară pieptul în respiraţie". *(Persoana care citeşte instrucţiunile face aici o pauză de un minut).*

„Acum, imaginaţi-vă că vă aflaţi pe un câmp unde, pe o latură se află un grup mare de stânci; puteţi vedea că în aceste stânci se află o deschizătură ce duce la o grotă. La intrarea în grotă se află un paznic. Vă veţi apropia de paznic, iar acesta vă va pune o întrebare, vă va solicita o parolă sau altceva ce este necesar pentru a putea intra în grotă. Spuneţi-mi dacă aţi putut intra în grotă." *(Aşteptaţi în linişte. Nu daţi semne de nerăbdare. Intrarea în grotă se poate realiza în mai puţin de un minut sau poate dura mai mult. Dacă persoana nu reuşeşte să intre sau se deconcentrează dintr-un motiv sau altul, OPRIŢI-VĂ AICI şi încercaţi din nou exerciţiul în altă zi).*

1b. *(Dacă persoana indică faptul că a reuşit să pătrundă în grotă, spuneţi-i:)* „Vă rog să-mi descrieţi cât de

detaliat puteți ceea ce vedeți, simțiți sau ce trăiri aveți în această grotă". *(După ce ascultați descrierea amănunțită a ceea ce se află în grotă, întrebați:)* „Doriți să continuați acum sau este suficient pentru astăzi?"

(Dacă persoana este dispusă să meargă mai departe, treceți la etapa 2a. Dacă vă spune că este suficient pentru ziua respectivă, spuneți-i:) „Vă rog să ieșiți din grotă pe aceeași cale de acces pe care ați intrat, pe lângă paznic, și să mergeți în câmpul de unde am început. Observați-vă pieptul cum se ridică și se coboară când respirați". *(Așteptați 30 de secunde).*

„Acum, respirați de câteva ori adânc și deschideți ochii".

Etapa a doua: Grădina Edenului.

2a. *(Începeți de la etapa 1, apoi continuați:)* „Acum, că vă aflați în interiorul grotei, priviți în jurul dumneavoastră până când găsiți un loc special unde vă puteți așeza. Când îl găsiți, vă rog să mi-l descrieți". *(Așteptați în liniște până când persoana vă descrie locul respectiv. Nu încuviințați și nici nu dezaprobați niciodată spusele persoanei. Dacă are greutăți în a-și găsi un loc unde să se așeze, încurajați-o să caute. În caz că tot mai are greutăți și nu reușește, opriți-vă în acest punct, refaceți calea parcursă înapoi până la momentul de început și terminați ședința de vizualizare).*

(Dacă persoana găsește un loc unde să se așeze, spuneți-i:) „Așezați-vă pe acest loc. Este un loc fermecat. Imaginați-vă că vă închideți ochii așa cum stați acolo în peșteră. Veți fi transportat într-un cu totul alt loc. Vă aflați lângă o grădină înconjurată de un gard înalt. Grădina are o poartă păzită de doi îngeri. Descrieți-mi ceea ce vedeți și cum este să vă aflați acolo". *(Ascultați întreaga descriere).*

„Acum, îngerii vă vor testa cu o întrebare, vă vor cere o parolă sau altceva ce este necesar pentru a putea avea acces în grădină. Vedeți ce se întâmplă și anunțați-mă dacă puteți

intra pe poartă". *(Aşteptaţi în linişte. Dacă persoana nu reuşeşte să intre în grădină sau renunţă din alte motive, opriţi-vă în acest punct. Nu uitaţi să reversaţi vizualizarea, întorcându-vă în grotă şi apoi ieşind din grotă în câmp).*

2b. *(Dacă persoana vă anunţă că a intrat pe poartă, spuneţi-i:)* „Aţi intrat în Grădina Edenului. Vă rog să vă plimbaţi pe acolo cât doriţi şi să-mi descrieţi în amănunt ceea ce vedeţi, simţiţi sau trăiţi în această grădină".

(După ce aţi ascultat descrierea detaliată a grădinii, întrebaţi:) „Doriţi să continuaţi sau este suficient pentru astăzi?" *(Dacă persoana doreşte să continue, treceţi la etapa a treia. dacă nu, întoarceţi-vă în grotă şi, apoi, afară, în câmp).*

Etapa a treia:
Îngerii vă aduc un veşmânt corporal

3. *(Parcurgeţi toate etapele până la 2b inclusiv, apoi continuaţi:)* „Acum, că vă aflaţi în grădina Edenului, de dumneavoastră se vor apropia patru îngeri. Ei vă vor aduce un veşmânt, care vă va conferi un corp nou. Descrieţi-mi cum arată îngerii. Descrieţi-mi înfăţişarea dumneavoastră când vă puneţi acest veşmânt ce vă conferă un corp nou". *(Aşteptaţi până când persoana îşi termină descrierea).*

(După ce aţi auzit descrierea noului corp, întrebaţi:) „Doriţi să continuaţi sau este de ajuns pentru astăzi?" *(Dacă persoana doreşte să continue, treceţi la etapa a patra. Dacă nu, întoarceţi-vă în grotă şi, apoi, afară în câmp).*

Etapa a patra: Porţile Virtuţii

4. *(Parcurgeţi toate etapele până la etapa a treia, inclusiv, apoi continuaţi:)* „Observaţi că într-o parte se află o coloană de lumină, formată din trei culori. În faţa coloanei se

află un paznic. Acesta vă va pune o întrebare, vă va cere o parolă sau să faceți ceva pentru a vă câștiga dreptul de a intra în coloana de lumină. Vedeți ce se întâmplă. Anunțați-mă dacă vi se permite să intrați în coloana de lumină, dar nu intrați în ea deocamdată". *(Așteptați).*

(Dacă persoana nu primește permisiunea de a intra, întoarceți-vă în câmp, trecând prin grotă. Dacă însă persoana primește permisiunea de a intra, spuneți-i:) „Odată intrat în această coloană de lumină, veți fi purtat într-un loc numit Porțile Virtuții. Când ajungeți, relatați-mi cum arată acest loc și cum este să te afli acolo." *(Așteptați).*

Etapa a cincea: Prezența lui Dumnezeu.

5. *(Parcurgeți toate etapele până la cea de a patra inclusiv, apoi continuați:)* „Priviți în jur și veți vedea că acolo există un loc special, ale cărui porți sunt păzite. Acestea sunt Porțile Virtuții. Va trebui să răspundeți la o întrebare dificilă, să dezlegați o enigmă sau să treceți cu bine un alt fel de test complicat pentru a putea trece de paznic. Asta va fi o încercare grea. Vedeți ce se întâmplă și anunțați-mă dacă paznicul este dispus să vă lase să treceți". *(Așteptați).*

(Dacă persoana nu reușește să treacă, întoarceți-vă la câmpul inițial, trecând prin grădină și, apoi, prin grotă. Dacă persoana primește permisiunea de a trece, spuneți-i:) „După ce treceți de acest paznic, veți fi transportat într-un alt tărâm ceresc, unde locuiesc mulți îngeri. Acesta se numește Prezența lui Dumnezeu. Când ajungeți acolo, descrieți-mi cum este, ce simțiți și ce vedeți". *(Așteptați).* „Doriți să continuați?" *(Dacă răspunsul este DA, treceți la etapa următoare, a șasea. Dacă răspunsul este NU, refaceți întreg traseul înapoi până la grotă și câmp, de unde ați început, încheind ședința de meditație).*

Etapa a şasea:
Sanctuarul tainic al lui Dumnezeu

6. *(Parcurgeţi toate etapele până la a cincea, inclusiv, apoi continuaţi:)* „Mai este un singur nivel la care vom accede. De dumneavoastră se va apropia un înger aparte. El vă va adresa o întrebare dificilă sau o ghicitoare. vă va pune la un test sau vă va da o însărcinare pe care trebuie s-o îndepliniţi. Nu vă va fi deloc uşor. Vedeţi ce se întâmplă şi spuneţi-mi dacă îngerul este dispus să vă ia cu el în tărâmul următor". *(Aşteptaţi).*

(Dacă persoana nu reuşeşte să treacă testul, întoarceţi-vă la câmpul iniţial, trecând prin Porţile Virtuţii, prin grădină şi grotă. Ţineţi minte: nu întrebaţi niciodată care a fost ghicitoarea/întrebarea sau în ce a constat testul decât dacă persoana îşi exprimă dorinţa să vă împărtăşească aceste informaţii. Dacă persoana trece testul, spuneţi-i:) „Acum îngerul vă va transporta la nivelul cel mai înalt, unde vă veţi afla total în Prezenţa Divinităţii. Etapa se numeşte Sanctuarul Tainic al lui Dumnezeu. Când ajungeţi acolo, descrieţi-mi experienţa dumneavoastră, ce simţiţi şi ce vedeţi.". *(Aşteptaţi cât de mult timp puteţi. Când persoana a terminat relatarea, nu uitaţi să vă întoarceţi la punctul de plecare - în câmp - trecând rapid şi uşor prin toate etapele în direcţie inversă).*

Locul în care ajungeţi este un minunat şi calm loc de contemplaţie. Uneori este greu să te mai întorci. Rămâneţi acolo cât de mult puteţi, dar - la un moment dat - efectuaţi, cu cea mai mare delicateţe posibilă, drumul de întoarcere. Altfel, şocul unei reveniri prea bruşte poate fi traumatic.

Acest exerciţiu de meditaţie sub îndrumare se bazează pe călătoria de după moarte a unui nivel superior de suflet *(neşama)*, care este descrisă în amănunt în *Zohar*. Potrivit concepţiei misticii iudaice, dacă un suflet este meritoriu - avansat din punct de vedere al procesului de izbăvire a scânteilor de divinitate - acesta poate să devină ataşat, alipit de Dumnezeu. Evident că reprezentarea acestui fapt depăşeşte

limitele intelectului, dar, empiric, este de o profundă importanţă pentru că obiectivul este *devekut*, comuniunea cu Divinitatea. În descrierea respectivă, sufletul poate urca până la nivelul la care are posibilitatea de a vedea Sanctuarul Tainic al lui Dumnezeu - o stare elevată de unire cu Divinitatea. Conform *Zoharului*, după ce sufletul se bucură de dumnezeiasca desfătare oferită de acest înalt tărâm, îşi poate continua ascensiunea.[75] Dar descrierea se încheie aici, ceea ce implică ideea că urcuşul care urmează este o totală enigmă.

Această vizualizare are efecte deosebit de puternice. Ea modifică modul în care ne raportăm la moarte şi ne ajută să anticipăm cu receptivitate posibilităţile ce ni se deschid dincolo de această viaţă. Aflându-ne la nivelurile superioare de conştiinţă, putem cunoaşte mai îndeaproape extraordinara stare de spirit *ruah ha-kodeş*. Cuvântul *„kodeş"* (sfânt) este un sinonim pentru Dumnezeu, precum în expresia *„Ha-kodeş Baruh Hu"*, care se traduce: „Cel Sfânt, fie El binecuvântat". Unii traduc spiritul de sfinţenie ca „suflare/duh al lui Dumnezeu".[76] Într-o frază vestită din *Tora*, Dumnezeu spune: „Şi îl voi umple de duh dumnezeiesc *(ruah Elohim)*, de înţelepciune *(hohma)*, de înţelegere *(binah)* şi de ştiinţă *(daat)*."[77]

Acest nivel şi următorul reprezintă punctul culminant al practicilor din cadrul modelului iudaic de iluminare. Până la acest punct, cei ce aspiră la aceasta trebuie să depună în mod conştient eforturi pentru a-şi dirija propria dezvoltare spirituală, dar *ruah ha-kodeş* şi *tehiat ha-maitim* le putem obţine numai prin Graţia Divină.

12. CALEA VIEŢII ETERNE (SPIRITUL LUI DUMNEZEU)

Ultima etapă a procesului de iluminare din mistica iudaică poate fi literalmente numită „reînvierea morţilor". Iudaismul are convingerea că moartea este o iluzie şi că viaţa

eternă este destinul tuturor în lumea ce va veni. Teza fundamentală a învierii afirmă că toţi oamenii, în afara de cei mai păcătoşi, vor învia într-o lume cu totul nouă, când nivelul conştiinţei noastre va atinge noi culmi.

Dar, doctrina privind această etapă finală este că nu trebuie să aşteptăm viitorul pentru a dobândi conştiinţa vieţii eterne, aceasta fiind accesibilă fiecăruia, aici şi acum.

Vom vedea mai târziu că moartea poate fi păcălită; cel puţin unsprezece oameni au intrat în tărâmurile cereşti fără să moară. Povestiri despre trecerea unor mari înţelepţi într-o altă lume, vehiculate în multe tradiţii, afirmă că unii oameni nu mor, ci trec în mod conştient în alt nivel de conştiinţă.[78]

Trebuie să subliniem cuvântul „conştient". În moarte, cu toţii trecem în alt nivel de conştiinţă. Dar, aproape toţi facem asta fără a fi conştienţi. În consecinţă, sufletele inferioare trebuie să treacă printr-un proces de purificare, iar cei mai mulţi dintre noi se reîncarnează în scopul de a înălţa mai multe scântei de divinitate. Sunt totuşi unii oameni care realizează trecerea în mod conştient şi ajung la un nivel de realitate, care în Cabala se numeşte *ţadik*. Ei dobândesc astfel viaţa eternă. Putem realiza asta parcurgând mai multe vieţi sau prin intermediul practicii spirituale efectuate cu devoţiune, putem face acest lucru în aceasta viaţă.

Nivelul de conştiinţă numit în mistica iudaică *ţadik* este un tărâm fără timp şi spaţiu ce transcede dualitatea. În acest tărâm nu există graniţe distincte ale sinelui pentru că toată Creaţia este interconectată şi interdependentă. Nu există subiect şi obiect pentru că fiecare dintre acestea apare simultan cu celalalt şi nu poate exista de unul singur. Fără trecut şi fără viitor, nu există naştere sau moarte; este pur şi simplu o desfăşurare continuă a momentului prezent. Şi acesta este adevărul suprem al existenţei, Dumnezeind şi Creând ca proces continuu, permanent şi veşnic.

Fiecare dintre noi deţinem în lăuntrul nostru un aspect, o latură din eternul *ţadik*. Aceasta este ceea ce ţine laolaltă lumea noastră şi lumea din jurul nostru. Cu cât ne aprofundăm

mai mult practica spirituală, cu atât ne apropiem mai tare de dobândirea stării superioare de *tadik*, aceea în care putem transcede complet această lume. Cei aflaţi la acest nivel sunt chemaţi în vremuri de mare nevoie şi restrişte să menţină echilibrul universului.

Deşi *tadik* rezidă într-o stare de spirit foarte elevată, putem să ne dăm seama de acest gen de conştiinţă prin intermediul unui excelent exerciţiu numit „Prin ochii lui Dumnezeu". Acesta ne permite să privim realitatea din perspectiva lui Dumnezeu, ca să spunem aşa. În acest stadiu de dezvoltare spirituală, fără să mai păstrăm nici o umbră de iluzie de sine, vedem lucrurile într-un mod cu totul nou, observând văluri în interiorul altor văluri şi realităţi în interiorul altor realităţi.

Prin ochii lui Dumnezeu

Esenţial pentru înţelegerea conştiinţei mesianice este să ne dăm seama de natura procesului ca fenomen în desfăşurare. Dumnezeu - Dumnezeind, Creaţia - Creând, eu şi tu acţionând, evoluând într-o inter-relaţionare continuă cu Divinitatea.

Doar conştientizarea acestui fapt este suficientă pentru a ne eleva conştiinţa la potenţialul său cel mai înalt. Nu este ceva ce ne aşteaptă în viitor. Este pur şi simplu o chestiune de a realiza conştiinţa în noi, în acest moment,

În exerciţiul descris în cele ce urmează, învăţăm să trăim procesul în continuitatea sa, El modifică starea de conştienţă şi, în scurt timp, schimbă concepţia noastră asupra vieţii.

1. Încercaţi să găsiţi un loc unde nu veţi fi deranjat timp de douăzeci-treizeci de minute. Aşezaţi-vă confortabil şi staţi liniştit, respirând normal.

2. Imaginaţi-vă că vă aflaţi singur pe o plajă protejată, într-o zi caldă şi însorită. Sunteţi aşezat sau culcat pe nisip,

complet relaxat. Puteți să uitați de toate grijile și problemele dumneavoastră cât timp vă aflați pe aceasta plajă. Sunteți singur și în totală siguranță. Priviți împrejur și descrieți-vă pentru dumneavoastră înșivă ce vedeți. Observați cum vă simțiți.

3. La unul din capetele plajei se află o casă nelocuită cu cel puțin trei încăperi. Mergeți către această casă, dar nu intrați încă înăuntru. Descrieți-vă pentru dumneavoastră înșivă cum arată casa.

4. Intrați pe ușa din față a casei. Prima încăpere în care pătrundeți are pe perete o oglindă mare, de un stat de om. Opriți-vă în fața oglinzii și priviți-vă în ea. Vă puteți vedea în mare detaliu. Încercați să observați cât de multe aspecte puteți în legătura cu imaginea dumneavoastră din această oglindă. Cum vă simțiți în timp ce faceți asta?

5. După câteva minute în care ați examinat imaginea dumneavoastră, intrați în următoarea încăpere. Și aici se află o oglindă. Dar este o oglinda fermecată, care vă permite să vedeți cum arată Dumnezeu. Lăsați-vă imaginația să zboare și presupuneți că aceasta este o fereastră către ceruri și că prin ea îl puteți vedea pe Dumnezeu. Petreceți câteva minute cufundat în aceasta experiență de a vedea imaginea lui Dumnezeu.

6. Acum, intrați în cea de a treia încăpere. Aici se află o altă oglindă, mare de un stat de om. Când vă veți opri în fața ei, veți trăi o experiență ce reprezintă combinarea celor din camerele anterioare. Priviți-vă propria imagine din oglindă și trăiți în același timp prezența Divinității. Cu alte cuvinte, în aceasta oglindă vă veți vedea pe dumneavoastră așa cum vă vede Dumnezeu. Priviți-vă prin ochii lui Dumnezeu - ca să spunem așa - și observați cum arătați din perspectiva divinității.

7. Când vă vedeți cu ochii lui Dumnezeu, observați cum vă simțiți și cât de diferit vă simțiți față de experiența cu prima oglindă.

8. Când ați terminat, părăsiți casa refăcând invers același traseu pe care ați intrat. Întoarceți-vă la locul de pe

plajă unde ați început exercițiul și așezați-vă sau întindeți-vă pe nisip, simțindu-vă liber, relaxat și total liniștit. Rămâneți acolo timp de câteva minute. Când sunteți gata, respirați de câteva ori adânc și deschideți ochii.

Atunci când reușim să ne desprindem pentru un timp de criticul din lăuntrul nostru, realizăm instantaneu o noua relație cu viața. În ochii lui Dumnezeu suntem perfecți.

Fiecare moment, pe măsura desfășurării lui Dumnezeind, este un nou început. Fiecare moment este o nouă șansă de a fi în mod plenar cine suntem sau chiar cine credem că vrem să fim. Este întotdeauna la dispoziția noastră.

Dumnezeind este aici. Noi suntem aici. Asta este esența.

PARTEA A PATRA
DINCOLO DE ACEASTĂ VIAȚĂ

OLAM HA-BAH
(Lumea viitoare)

RĂSPLATA, PEDEAPSA ŞI PROVIDENŢA DIVINĂ

Într-o dimineaţă de marţi, Baal Şem Tov i-a chemat pe mai mulţi discipoli ai săi, au înhămat caii şi au plecat într-o călătorie către locuri pe unde nu mai fuseseră. Discipolilor le plăceau aceste călătorii misterioase şi aventurile pe care le implicau ele şi totdeauna le aşteptau cu nerăbdare. De obicei, Baal Şem îşi folosea puterile magice şi parcurgeau distanţe mari în câteva ore. De dată aceasta însă, călătoria părea să se lungească la nesfârşit; merseseră zile întregi cu trăsura şi ajunseseră să se întrebe dacă se va sfârşi vreodată. Câţiva începuseră chiar să creadă că această călătorie se dovedea total neinteresantă şi era de-a dreptul plictisitoare.

Vineri după-amiaza, cam cu o oră înainte de apusul soarelui, s-au pomenit într-o pădure deasă. Chiar dacă ar fi fost o altă zi şi tot s-ar fi enervat; dar această seară era ajunul Şabatului, sfânta zi de odihnă. Ce fel de Şabat va fi acela în mijlocul pădurii? Nu tu vin, nu *halah*, nimic de mâncare? Era un adevărat dezastru.

Deodată, au văzut un luminiş, în care se afla o căsuţă de bârne şi un mic hambar. De cum a ajuns trăsura lângă casă, învăţăceii au şi sărit din ea şi au ciocănit la uşă. După un timp, aceasta a fost deschisă de un tip masiv şi nebărbierit, în flanelă de corp şi cu o figură dezagreabilă. A mârâit la ei printre dinţii lui stricaţi şi îngălbeniţi:

- Ce vreţi?

- Stimate domn - i-au răspuns ei - călătorim împreună cu învăţătorul nostru şi în curând va fi Şabatul. Nu avem unde sta. V-ar deranja dacă am petrece Şabatul împreună cu familia dumneavoastră?

- Deranja? s-a răstit tipul. Sigur că m-ar deranja! Vă ştiu eu pe ăştia de soiul vostru. Cântaţi şi dansaţi şi spuneţi poveşti pe tot timpul Şabatului. Nu în casa mea însă!

Şi le-a trântit uşa în nas.

Ce era de făcut? Nu aveau unde să se ducă. Aşa că, au bătut din nou la uşă. S-au îngrămădit unii în alţii când bestia furioasă a deschis din nou. De data asta faţa tipului era stacojie, ochii îi fulgerau de mânie, iar de pe buze îi picura salivă. Tinerii i-au spus:

- Stimate domn, vă rugăm, nu avem unde să ne ducem. Vom dormi în hambar. Nu vom mânca mult. Dar, vă rugăm, lăsaţi-ne să rămânem la dumneavoastră.

- Cu o condiţie - a răspuns tipul - să petreceţi sărbătoarea cum vreau eu. Fără cântece, fără dans şi fără poveşti. Cum vreau eu sau deloc.

Au acceptat, întrebându-se în ce istorie îi băgase învăţătorul lor. Încăperea din interiorul casei era sordidă. Podeaua era presărată cu insecte moarte şi în toate colţurile erau pânze de păianjen.

S-au aşezat la masă. Baal Şem Tov părea cufundat în contemplaţie adâncă, trecându-şi în permanenţă degetele prin barba stufoasă. Învăţăceii erau vizibil supăraţi. Ce putea fi mai rău decât să-ţi petreci Şabatul într-un loc deprimant ca acesta? Şi ce putea fi mai rău decât un Şabat ce nu putea fi sărbătorit prin cântec şi dans?

Dar, de fapt, lucrurile chiar s-au înrăutăţit. Amfitrionul, dacă putem să-i spunem aşa, a scos la iveală doar un strop de vin pentru binecuvântarea de kiduş apoi, a hlepăit cea mai mare parte din el înainte de a da cana mai departe. Pâinea era veche şi fiecare din cei prezenţi a căpătat numai un biet codru. Şi, în plus, fie că vă vine să credeţi, fie că nu, tipul a strănutat în supieră înainte de a servi cantităţi minuscule celor de la masă. Masa a fost groaznică din toate punctele de vedere.

În noaptea aceea au dormit în hambar. A doua zi dimineaţă s-au adunat pentru cea de a doua masă de Şabat,

care a fost mai rea ca prima. Tipul le-a servit rămăşiţe de mâncare reci, din nou pâine veche, o picătură de vin şi nişte zeamă călduţă şi greţoasă, în care plutea o ţelina veştedă. Asta se numea supă.

Cea de a treia masă, chiar înainte de asfinţit, nu a fost cu nimic mai reuşită. Învăţăceii de-abia aşteptau să se lase noaptea, să se urce în trăsură şi să plece acasă. Din toate punctele de vedere, acesta fusese cel mal nereuşit Şabat al tuturor; era cea mai neplăcută experienţă din toate pe care le avuseseră vreodată cu învăţătorul lor. Unii dintre învăţăcei avuseseră chiar curajul să gândească că acesta îşi pierduse probabil puterea şi că aveau de gând să-şi caute alt rabi.

Pe tot parcursul acestor întâmplări, Baal Şem Tov a continuat să-şi mângâie barba şi să urmărească liniştit evenimentele în desfăşurarea lor. Părea absolut calm şi netulburat de ceea ce se întâmpla. În mod evident nu era acelaşi ca de fiecare Şabat, când obişnuia să relateze povestiri minunate, să cânte nemaipomenit de frumoase *nigunim* şi să danseze în jurul mesei. Dar nici nu a încercat să discute cu morocănosul amfitrion şi nici nu s-a folosit de puterile sale magice pentru a-l aduce la sentimente mai bune. A rămas pur şi simplu în expectativă.

În sfârşit, s-a făcut noapte. Tinerii s-au grăbit să-şi adune bagajele. Dar ursuzul bătrân le-a spus:

- Unde vă pregătiţi să plecaţi? Unul din învăţăcei i-a răspuns:

- Domnule, vă mulţumim pentru calda dumneavoastră ospitalitate şi acum ne vedem de drum.

Mătăhălosul amfitrion s-a uitat urât la ei.

- Mulţumirile nu sunt de ajuns. Trebuie să plătiţi pentru masă şi casă. Ştiu că n-aveţi bani şi, oricum, nu vreau bani. Dar sunt destule lucruri de făcut pe aici, prin gospodărie.

Tinerii erau pur şi simplu uluiţi. Plată pentru o masă de Şabat? De-a lungul timpului avuseseră parte de atâtea ori de cele mai grozave mese, în cea mai aleasă companie şi nimeni, niciodată, nu adusese vorba de plată. Dar când l-au întrebat pe

învățător dacă gazda putea cere plată, Baal Şem Tov şi-a rotit ochii şi a ridicat din umeri, indicând astfel că omul avea dreptul să ceară o recompensare.

Se putea şi mai rău? În ziua următoare tinerii s-au apucat de muncă: au făcut curățenie în hambar, au adunat fânul, au împrăştiat bălegarul, au construit un nou staul şi au reparat acoperişul. Şabatul acela se dovedea a fi extrem de costisitor. Batjocura era cu atât mai mare cu cât munca le era evaluată la un cost de mizerie, astfel încât, la sfârşitul fiecărei zile, bătrânul cel zgârcit le spunea că trebuie să mai lucreze şi ziua următoare. Pe la mijlocul săptămânii ajunseseră să se întrebe dacă aveau să mai plece vreodată de acolo.

În tot acest timp, Baal Şem Tov a lucrat umăr la umăr cu discipolii săi, fără să scoată aproape nici o vorba şi fără să se plângă. Ochii lui aveau o privire pierdută, ca a unui marinar ce scrutează ceața deasă pentru a zări lumina unui far care să-l conducă la țărm. Pe măsură ce treceau zilele, devenea tot mai retras în sine şi deseori îşi închidea ochii ca pentru introspecție.

În ziua de joi, învățăceii au început să aibă presentimentul sumbru că urmau să petreacă încă un Şabat în acest loc îngrozitor. Într-adevăr, în seara acelei zile, căpcăunul le-a spus că mai era necesară încă o zi de muncă pentru ca să se achite de obligația lor.

Pe tot parcursul zilei de vineri au fost total descurajați şi îndurerați, resemnați cu soarta. Îi lua groaza la gândul că se profila posibilitatea de a trebui să plătească pentru următorul Şabat muncind toată săptămâna următoare. Un astfel de ciclu continuu i-ar fi făcut prizonieri pentru totdeauna. N-ar avea nici o scăpare.

UN ALT ŞABAT

Târziu, către seară, şi-au terminat treburile şi, pe cât le stătea în putință, au început sa se pregătească de Şabat. Bătrânul le-a spus despre un pârâu, aflat la nu prea mare

distanţă, unde se puteau îmbăia. Era primul gest de amabilitate din partea lui din toată săptămâna aceea. S-au dus în grabă la pârâu şi, ce să vezi? Era într-adevăr ceva minunat. Un izvor termal curgea gâlgâind în apropiere, astfel încât şi-au putut încălzi trupurile. Pârâul era destul de adânc ca să le permită să se cufunde în apele lui cristaline pentru a se purifica. Aşa mai mergea. Era de-a dreptul regretabil că trebuiau să se întoarcă în casa aceea îngrozitoare pentru încă o masă mizerabilă.

Pe când se lăsa amurgul, s-au întors fără tragere de inimă la casă. Dar când au intrat, nu le-a venit să-şi creadă ochilor. Totul se transformase. Casa era plină de lumină, pereţii străluceau de imaculaţi ce erau, iar podeaua era lustruită ca oglinda. Masa era acoperită cu o faţa de masă de un alb desăvârşit, iar pe ea erau aşezate farfurii de porţelan fin, tacâmuri aurite şi pahare frumoase de vin.

Soţia bătrânului - pe care n-o mai văzuseră până atunci, poate că fusese plecată - era îmbrăcată într-o minunată toaletă albă. În întâmpinarea Şabatului, a aprins lumânări în toată încăperea. Şi ce Şabat grozav! *Halah* proaspăt coapte, vin curgând în valuri nesfârşite; un extraordinar de bun peşte *ghefilte*; dulciuri cu grămada; pui la cuptor şi aşa mai departe.

Dar cel mai surprinzător lucru din toate era bătrânul. Era total transformat. Înveşmântat într-o frumoasă robă, purta pe cap o tichie brodată. Faţa sa radia de satisfacţie şi bucurie. Şi, ceea ce era şi mai uimitor, a cântat şi a povestit istorioare nemaipomenite. Era foarte bine informat într-o groază de privinţe. La un moment dat, soţia bătrânului s-a apropiat de Baal Şem Tov şi i-a spus: -Maestre, nu mă recunoaşteţi? Acesta s-a uitat cu multă atenţie la ea şi apoi a exclamat:-Dumnezeule, eşti Rivka. Draga mea, sunt peste treizeci de ani de când nu te-am mai văzut. Cred că aveai douăzeci de ani când ai plecat de la noi.

- Optsprezece, a spus ea. Va amintiţi ultimul Şabat pe care l-am petrecut cu familia dumneavoastră?

Ceaţa pe care o scrutase Baal Şem Tov a început să se risipească. Rivka fusese fată în casă la familia lui. Fuseseră

nişte probleme cu ea, îşi amintea el. Soţia lui nu era mulţumită de felul cum muncea. Dar nu-şi putea aminti detaliile. Rivka a continuat:

- Ultimul Şabat, mi-l amintesc aşa de bine. Aveaţi mulţi musafiri. Pregătisem o mare cantitate de supă şi o pusesem în supiera cea mai mare pe care o aveaţi. Pe când o aduceam de la bucătărie, mi-am dat seama că e prea grea. Întotdeauna am fost cam neîndemânatică; lucrurile par pur şi simplu, să-mi alunece printre degete. Am încercat să fiu cu băgare de seamă. Dar...

Acum şi-a amintit Baal Şem Tov totul. O şi revedea pe Rivka cum aducea ea supiera de la bucătărie şi brusc, fără vreo cauză aparentă, supiera s-a prăbuşit, spărgându-se în bucăţele pe podea, iar supa s-a revărsat în toate părţile. Soţia lui s-a supărat foarte tare pe Rivka şi a certat-o atât de mult până când a făcut-o să plângă. A fost un adevărat dezastru. Acum îşi amintea bine totul.

Rivka a spus:

- Maestre, m-am simţit îngrozitor de umilită. Îmi dădeam seama că numai eu eram de vină. Am hotărât să-mi caut de lucru în altă parte pentru ca aşa ceva să nu se mai întâmple. Şase luni după incident, am plecat de la dumneavoastră şi mi-am găsit altă slujbă. După ce am plecat, am avut un vis. În acest vis, dumneavoastră eraţi judecat de un tribunal de îngeri care vă acuzau de un delict grav. Ştiţi care era acesta?

Ceaţa s-a risipit şi mai mult şi Baal Şem Tov putea vedea licărirea unui far care urma să facă lumină în sufletul lui. A aşteptat. Rivka a continuat:

- Îngerii vă acuzau că aţi permis să fiu făcută de râs în public. Nu aţi făcut nimic pentru a aplana situaţia. Şi pentru asta îngerii erau de părere că meritaţi să muriţi! A avut loc o dezbatere prelungită în ceruri. Am văzut tot în visul meu. Aţi avut mulţi apărători. Fiecare rugăciune pe care aţi rostit-o şi fiecare persoană pe care aţi ajutat-o vreodată erau reprezentate de câte un înger apărător. Dezbaterea a continuat un timp şi, în

final, s-a decis că veţi putea rămâne în viaţă. Dar trebuia să vi se administreze o pedeapsă serioasă; au specificat că veţi avea un Şabat complet distrus.

Farul lumina acum cu toată puterea. În sfârşit, după o săptămână de reflecţie, înţelegea. Ştiuse că bătrânul ursuz juca un rol, dar nu putuse dezlega enigma până acum. Acest om, bărbatul Rivkăi, era un *lamed vav-ţadik*. Menirea lui în viaţă era să se asigure că lumea continua să funcţioneze cum trebuie. Îndeplinea ordinele cerului, chiar dacă asta implica să-i facă cuiva la un moment dat viaţa un adevărat iad.

Baal Şem Tov s-a uitat peste masă la *ţadik* iar acesta l-a privit pe Baal Şem Tov. Aceşti mari înţelepţi aveau amândoi pe faţă un zâmbet larg. Învăţăceii se uitau unul la altul, neînţelegând prea bine ce se întâmplă, dar încântaţi la culme de atmosfera luminoasă ce umpluse încăperea.

A fost cel mai grozav Şabat din viaţa lor. Au fost purtaţi în tărâmuri de nedescris ale perfecţiunii gustului -trecând de la un fel de mâncare la altul - până au ajuns la momentul culminant de satisfacţie - o idee, doar o idee a ceea ce putea să însemne al şaptelea cer. Acest unic moment era mai mult decât recompensatoriu pentru săptămâna petrecută acolo. Era cu adevărat de nepreţuit.

Nu au mai scos nici o vorbă de nemulţumire de atunci încolo. Când s-au întors acasă, săptămâna următoare, şi au relatat celorlalţi întâmplările prin care trecuseră, erau mândri de a fi fost printre cei care şi-au petrecut Şabatul ratat cu Baal Şem Tov, o zi sfântă, care fusese tranzacţionată în schimbul vieţii lui.

VALOAREA ŞABATULUI

În istoria acestui *lamed vav-ţadik* sunt ilustrate multe precepte de înţelepciune. Deşi intrăm în această lume având soarta drept însoţitor permanent, putem să ne creem o altă soartă cât timp suntem aici. O faptă neînsemnată poate avea

consecinţe cumplite, mai ales dacă făptuitorul se află la un nivel de conştiinţă elevat şi ştie cum se desfăşoară lucrurile în univers. Fiecare faptă a noastră creează un înger acuzator sau apărător, ceea ce înseamnă că acţiunile, vorbele şi gândirile noastre generează nişte unde care, în cele din urmă, acţionează fie în favoarea noastră, fie ca blocaje.

Când te loveşte necazul, potrivnicia, văitatul nu te ajută prea mult. Maestrul a rămas calm, dar reflecta, căuta un răspuns. Învăţăceii, pe de altă parte, trebuiau să mai înveţe multe lucruri despre credinţă. În cele din urmă însă, au fost recompensaţi pentru truda lor.

Un *lamed vav-ţadik* se poate ascunde sub multe înfăţişări. Persoana care ne tracasează cel mai mult poate, în realitate, să acţioneze pentru salvarea vieţii noastre. Nu putem niciodată preciza de la un moment la altul dacă evenimentul în care suntem angrenaţi este spre binele nostru sau nu, aşa că, este mai sigur să acordăm tuturor -întâmplări sau persoane - beneficiul îndoielii.

În aceasta povestire, un Şabat ratat a fost tranzacţionat pentru zeci de ani din viata lui Baal Şem Tov. Menirea Şabatului este de a ne „odihni", a ne lua o pauză din starea cotidiană de conştiinţă şi a ne oferi în fiecare săptămână un timp de reflecţie spirituală. Reflecţia ne ajută să rămânem alerţi, atenţi şi pregătiţi de a ne ajusta deciziile zilnice ori de câte ori este nevoie pentru ca viaţa noastră să câştige în calitate. Fără a ne oferi cu regularitate acest timp, viaţa se poate transforma într-o spirală nesfârşită de treburi cotidiene anoste, ca în săptămâna ce a urmat Şabatului distrus din această povestire, până când ajungem să nu mai simţim spiritul din lăuntrul nostru. Astfel, viaţa ne poate părea fără sens. De aici desprindem concluzia că Şabatul este aproape la fel de important ca însăşi viaţa.

Unul din cele mai interesante aspecte prezente în povestire este faptul că un delict, un păcat, a căpătat o „pedeapsă" negociabilă şi că pedeapsa s-a aplicat după mulţi ani de la comiterea păcatului. Faptul se bazează pe un precept

cabalist referitor la natura Creaţiei, care este dezvăluit într-o povestire despre modul de instruire a îngerilor.

CEA MAI MINUNATĂ CARACTERISTICĂ UMANĂ

Preceptele spirituale spun că în timpul zilelor de Roş Haşana şi Iom Kipur acţionează îngeri ai acuzării şi îngeri ai apărării. Dacă îngerii apărării nu-şi îndeplinesc bine îndatoririle, lumea nu mai poate continua să existe. Aşa că, Dumnezeu îi pregăteşte pe toţi îngerii apărării, trimiţându-i într-o misiune ce le măreşte capacitatea de înţelegere. Într-o astfel de ocazie, Dumnezeu i-a spus unui înger;

- Du-te şi află care este cea mai minunată caracteristică a vieţii umane şi întoarce-te să-mi spui.

Îngerul a cercetat întreaga lume. A văzut multe. Dar ceea ce l-a impresionat cel mai mult a fost o întâmplare când un om total zăpăcit stătea în mijlocul unei şosele cu trafic intens. Un alt om, aflat pe trotuar, a observat că pe şosea venea un camion ce avea o viteză prea mare ca să poată opri înainte de a-l lovi pe năucitul din mijlocul drumului. Aşa că, s-a năpustit către acesta, reuşind să-l împingă la o parte din calea camionului în ultima secundă. Din nefericire însă, nu a mai avut timp să se ferească pe sine şi a fost călcat de camion. Îngerul a luat o picătură din sângele lui şi a dus-o lui Dumnezeu, spunându-i:

- Asta cred că poate fi cel mai minunat lucru din existenţa umană, disponibilitatea de a-ţi sacrifica viaţa pentru a o salva pe cea a altui om.

Dumnezeu a răspuns:

- Ai descoperit un lucru minunat, dar nu este cel mai deosebit. Du-te înapoi şi găseşte-l.

Îngerul s-a întors pe pământ şi a pornit din nou în cercetare. A parcurs lumea întreagă şi, de data aceasta a fost atras de o femeie care năştea. Femeia a gemut şi s-a zvârcolit

în dureri mult timp până când, în cele din urmă, s-a născut copilul. Când i-a văzut trupşorul micuţ, durerea parcă i s-a evaporat şi a fost cuprinsă de o fericire extatică; asta i-a umplut inima de iubire. Îngerul a luat o picătură de sudoare de pe trupul femeii şi s-a întors la Dumnezeu. zicându-i:

- Ăsta cred că este cel mai minunat lucru din viaţa omului, să aduci pe lume o nouă viaţă.

Dar, din nou, Dumnezeu i-a spus:

- Este, într-adevăr, o experienţă umană minunată, dar nu este cea mai, grozavă. Mai încearcă o dată.

Astfel că, îngerul a revenit pe pământ ca să descopere cea mai grozavă caracteristică umană. A căutat cu multă atenţie. Fiind înger, putea vizualiza mii de întâmplări în acelaşi timp. Deodată, ceva i-a atras atenţia. Un bărbat alerga printr-o regiune împădurită şi era, evident, stăpânit de o mare mânie. Îngerul a revizuit repede viaţa omului şi a descoperit că tocmai fusese eliberat din închisoare, unde stătuse mulţi ani pentru delictul comis de altul. Acum, stăpânit de furie, se ducea să se răzbune.

Îngerul l-a urmat prin pădure şi l-a văzut apropiindu-se de o casa de bârne. Acolo locuia adevăratul vinovat, cel care ar fi trebuit să stea la închisoare. Apropiindu-se de casă, omul care alerga a văzut lumină la o fereastră.

Uitându-se prin fereastră, încă hotărât să se răzbune, bărbatul l-a văzut pe cel care, în intenţia sa, urma să-i devină victimă. Acel om şi soţia lui, cu care se căsătorise cu un an în urmă, tocmai se întorseseră de la maternitate cu fiica lor nou-născută. Erau fericiţi la culme. Bărbatul care se uita pe geam a privit îndelung scena şi încet-încet inima i s-a înmuiat. A început să plângă şi a plecat înapoi pe drumul din pădure, pentru a nu se mai întoarce niciodată.

Îngerul a luat una din lacrimile lui şi s-a întors la Dumnezeu, zicând:

- Asta cred că este cea mai minunată caracteristică a vieţii umane- iertarea: capacitatea de a depăşi mânia, ura şi dorinţa de răzbunare.

Dumnezeu l-a felicitat pe înger şi a spus:

- Într-adevăr, capacitatea de a ierta este cel mai minunat dar al oamenilor. Mai sunt multe alte lucruri importante, dar asta este una din cele câteva însuşiri esenţiale care le sunt proprii numai oamenilor. Ca înger al apărării, este absolut necesar să înţelegi iertarea. Ea este singura raţiune pentru care Creaţia mea continuă să existe. Fără iertare, totul ar dispărea într-o clipă.

Concepţia misticii iudaice este că întreaga Creaţie se bazează pe compasiune şi milostenie. Pentru cabalişti, iertarea nu înseamnă că trebuie să-l îmbrăţişăm pe făptuitorul unui act condamnabil împotriva Divinităţii. Ci priveşte mai degrabă măsura în care ne păstrăm, fără a ceda, furia şi sentimentele negative.

Dacă Creaţia s-ar baza pe un sistem simplu de răsplată şi pedeapsă, în care pedeapsa ar fi consecinţa imediată a acţiunilor noastre, n-am putea supravieţui mult timp. Facem, spunem şi gândim lucruri care ne-ar termina cu siguranţă rapid, dacă ar fi să plătim imediat pentru comportamentul inadecvat. Însăşi ideea că există o perioadă de timp între acţiunile noastre şi „pedeapsa" ce ni se cuvine în consecinţă implică faptul că universul este dispus să aştepte, ca să spunem aşa, pentru ca să reducă posibila pedeapsă.

RĂSPLATĂ ŞI PEDEAPSĂ

Concepţia tradiţională privind noţiunile de răsplată şi pedeapsă este că în tot ce reprezintă plata pentru faptele trecute este mâna providenţei. Faptele bune sunt răsplătite cu bine; faptele rele pot costa un preţ greu de plătit. În viziunea tradiţională, aflăm prin intermediul revelaţiei sau profeţiei ceea ce avem de făcut şi apoi, trebuie să ne trăim viaţa în consecinţă.

În teorie, ideea poate părea logică. În realitate, vedem că nu se întâmplă aşa. Descoperim prin proprie experienţă că

oameni care duc o viaţă cinstită şi corectă au parte deseori de mare suferinţă, în timp ce alţii, care nu sunt atât de grijulii cu felul cum trăiesc, par să aibe tot ce le trebuie. Asta ridică problema de ce se întâmplă lucruri rele oamenilor drepţi şi buni. Înţelepţii din vechime erau foarte preocupaţi de acest aspect.

Talmudul povesteşte despre un tată care şi-a trimis fiul pe acoperişul casei pentru a lua nişte pui de pasăre. Fiul s-a dus, aşa cum i se ceruse, şi a îndeplinit prevederea legii, gonind mai întâi mama de pe cuib, înainte de a lua puii. Pe când cobora scara însă, a căzut de pe ea şi a murit.

Două legi specifice din *Tora* prevăd că cei ce se conformează anumitor porunci vor avea parte de viaţă lungă. Prima dintre ele se referă la ascultarea datorată părinţilor; cealaltă la alungarea pasării mamă de lângă puii ei.[1] În cazul de faţă, băiatul s-a conformat ambelor legi şi totuşi, a avut parte de o moarte timpurie.[2]

Rabinii s-au întrebat dacă nu cumva existau circumstanţe atenuante. Poate că fiul -sau chiar tatăl - aveau gânduri „păcătoase" în timp ce băiatul cobora scara. Dar au concluzionat că săvârşirea de fapte bune îl apără pe cel ce le face de efectul unor astfel de gânduri. Mai mult, se spune că, atunci când cineva este în cursul efectuării faptei bune, persoanei respective nu i se poate întâmpla nici un rău.

Situaţia i-a frământat şi le-a produs multă nefericire rabinilor. Nu ştiau, pur şi simplu, cum s-o interpreteze. Se spune chiar că unul dintre marii înţelepţi, Elişa ben Avuia, s-a lepădat de credinţă şi a renunţat la convingerile sale religioase din cauza unui incident similar, când a asistat la moartea cuiva care era în cursul săvârşirii unei fapte bune.[3]

Unii dintre rabini au încercat să soluţioneze problema spunând că există viaţă în această lume şi viaţă în lumea ce va să vină. Susţineau că, referindu-se la prelungirea vieţii prin săvârşirea de fapte bune, legea avea în vedere viaţa din lumea viitoare şi că durata vieţii din această lume nu era ceva garantat.

Totuşi, ideea contrazice alte precepte rabinice bazate pe principiul că totul se răsplăteşte în lume măsură pentru măsură *(midah keneghed midah)*.[4] Exemplele bazate pe acest principiu sunt numeroase. *Talmudul* spune că foametea se produce din cauza neonorării zeciuielilor, molimele se abat când se săvârşesc păcate capitale, războiul se produce datorită pervertirii judecăţilor, vătămările sau daunele produse de fiare sălbatice se datorează obiceiului de a înjura, exilul se petrece ca rezultat al idolatriei sau incestului, iar vărsarea de sânge are loc din cauza nerespectării poruncii de a nu cultiva pământul în cel de al şaptelea an.[5] Pe tot parcursul *Talmudului*, pedepsele din această lume sunt prezentate drept plată pentru păcate. Dar acest lucru nu este satisfăcător. Ajunge să privim în jurul nostru pentru a vedea suferinţele şi chinul unor oameni minunaţi sau viaţa confortabilă şi îndestulată a tiranilor şi hoţilor.

Mai există o concepţie talmudică asupra problemei răsplatei şi pedepsei. Conform acesteia, faptele bune sunt propria lor răsplată, iar faptele rele propria lor pedeapsă. Fiecare faptă bună generează o altă faptă bună; acest lucru face ca viaţa sa fie mulţumitoare. La fel, orice faptă rea generează o altă faptă rea, ceea ce face ca viaţa sa fie dificilă şi încurcată. Sfatul ce ni se dă este: Nu fiţi precum acei slujitori care îşi ascultă şi servesc stăpânul numai în aşteptarea unei recompense, ci ascultaţi şi supuneţi-vă fără a aştepta nimic în schimb.[6]

Conform acestui punct de vedere, răsplata şi pedeapsa nu trebuie să ne preocupe nici în ce priveşte lumea aceasta şi nici lumea viitoare.

Să fim prezenţi în momentul de faţă este, de fapt, tot ce putem face. Această teză talmudică este o respingere a principiului de măsură pentru măsură; ea susţine că Dumnezeu este milostiv şi iertător. Chiar dacă 999 de îngeri ai acuzării declară o persoană drept vinovată şi numai unul spune că persoana este nevinovată sau merită iertare, îndurarea va prevala.[7]

În acelaşi spirit, *Zoharul* pune întrebarea: „Cum se face că atât de mulţi păcătoşi şi oameni care încalcă legea sunt bine sănătoşi şi îşi văd liniştiţi de treabă?"[8] Dacă pedeapsa ar fi grabnică, cum afirmă alţii, aceşti oameni n-ar putea să trăiască prea mult. Totuşi, se susţine că dacă există posibilitatea ca un păcătos să poată deveni o persoană virtuoasă, el va fi judecat favorabil, cu indulgenţă, iar dacă persoana este destinată a avea un copil virtuos, judecata este întotdeauna milostivă[9].

Astfel, vedem că abordarea ideii de răsplată şi pedeapsă cuprinde întreaga varietate de teze posibile, de la răsplata sigură după faptă fie în această lume, fie în cea viitoare, până la principiul trăirii plenare a momentului, cu nădejdea în natura milostivă şi iertătoare a universului. Nici una dintre aceste teze însă nu este pe deplin satisfăcătoare. Pe de o parte, toate ne lasă sentimentul că suntem în permanenţă supuşi judecăţii, iar pe de alta, pare să nu existe o legătură între acţiunile noastre şi răsplata unei vieţi fericite.

PROVIDENŢA DIVINĂ

Concepţia mistică asupra dificilei noţiuni de providenţă divină ne oferă o perspectivă total diferită asupra problemei răsplatei şi pedepsei. Păcatul originar menţionat în *Tora* este faptul de a se fi mâncat fructul din Pomul Cunoaşterii, ca şi cum Dumnezeu n-ar fi dorit ca aceasta să se întâmple. Ne putem întreba: faptul că Adam şi Eva au mâncat din fruct a avut loc din întâmplare, au fost ei programaţi să mănânce fructul oprit? Au fost predestinaţi să mănânce? Şi, dacă este vorba de oricare din aceste variante, ce rost are pedeapsa? Se pare că au făcut tocmai ceea ce trebuia făcut; a fost lucrarea Providenţei Divine? Şi atunci, cum funcţionează Providenţa Divină?

Întrebarea îi chinuie pe mistici şi pe filozofii metafizici de două mii de ani. Este foarte greu de răspuns la ea atâta

vreme cât rămânem fixaţi în vechea concepţie asupra lui Dumnezeu ca substantiv. Însă, dacă adoptăm concepţia potrivit căreia Dumnezeu este un verb, iar procesul Creaţiei este o inter-relaţionare, dobândim o nouă înţelegere a lucrurilor, pentru că Creând nu se poate desfăşura fără Dumnezeind şi viceversa. Este ca şi cum am avea de a face cu două piese dintr-un mecanism ce se rotesc, îmbinându-se una în alta - dacă una este îndepărtată, se opreşte imediat şi cealaltă.

Dumnezeind şi Creând au o relaţie de simbioză ce se desfăşoară pe măsura apariţiei fiecărui moment. Providenţa Divină este rolul lui Dumnezeind în această relaţie. Dumnezeind aduce cu sine toate variabilele universului pentru a acţiona în fiecare moment. Asta înseamnă că, atâta timp cât eu, tu, oricine altcineva sau orice altceva suntem angrenaţi în acest proces, universul, la rândul său, este în relaţie cu acesta. Această relaţie este ceea ce numim Providenţa Divină. Câteva exemple ne vor ajuta să clarificăm rolul lui Dumnezeind în acest context.

Cineva care învaţă să deseneze descoperă că există o relaţie între obiectul pe care-l desenează şi spaţiul din imediata lui apropiere, numit spaţiu negativ. În loc să desenăm conturul unei flori, de pildă, putem învăţa să desenăm forma spaţiului din jurul florii. Desenând în felul acesta, obţinem şi conturul florii, dar o facem concentrându-ne pe spaţiul care nu este floarea. Astfel, desenând tot ceea ce este în jurul obiectului, ajungem să realizam imaginea obiectului.

Putem considera floarea şi din perspectiva a tot ceea ce îi permite să fie ceea ce este: pământul, apa, substanţele nutritive. Astfel ne raportăm la floare din punctul de vedere a ceea ce-i permite să existe în acel moment.

Spaţiul din jurul a ceva defineşte lucrul respectiv. Eu sunt David, dar tot ce mă înconjoară defineşte ceea ce sunt. Unii susţin că suntem ceea ce mâncam, deci că mâncarea ne defineşte existenţa. Dar acesta este un punct de vedere îngust. Mai curând, suntem ceea ce vedem, auzim, atingem, gustăm; simţim acumularea tuturor experienţelor noastre de viaţă şi ne

aflăm într-un proces de interconectare cu un continuu flux de experienţă. Dacă experienţa se schimbă, ne schimbăm şi noi. În fiecare moment al existenţei noastre suntem în relaţie cu ceea ce defineşte cine suntem.

Aportul lui David la fiecare moment este o compilaţie a întregii mele vieţi - care reprezintă o întreagă colecţie de evenimente - plus o cheie de intervenţie, o pârghie numită liber arbitru. În majoritatea timpului, mecanismele relaţiei continue dintre Dumnezeind şi Davidind funcţionează într-un mod previzibil. Dar în ele poate fi introdusă această cheie a liberului arbitru, ceea ce va afecta direcţia mea de evoluţie şi, în cele din urmă, direcţia de evoluţie a universului.

Aportul Providenţei Divine la fiecare moment constă din însumarea a tot ce s-a întâmplat în univers până la acest moment. În Grădina Edenului sistemul este la început pentru că nu există istorie anterioară. Este începutul unei noi conştiinţe. În acest context, Providenţa Divină acţionează de una singură. Dumnezeu, ca acţiune în desfăşurare, a stabilit că Adam şi Eva nu trebuie să mănânce din pom pentru că asta le va produce moartea. Şi exact aşa procedează Pomul Cunoaşterii. Este evident că grădina putea fi în aşa fel structurată încât să nu le permită lui Adam şi Evei să mănânce fructe din Pomul Cunoaşterii. Moartea nu este o pedeapsă, ci realitatea Creaţiei care are dualitate. Dualitatea necesită separare, deosebire între cele două componente. Dar adevărul suprem al Divinităţii este Unicitatea. Parte din ceea ce înseamnă procesul de reîntoarcere a separării în Unicitate este ceea ce numim noi moarte.

Astfel, recompensa şi pedeapsa din realitatea noastră reprezintă un proces continuu, rezultat din relaţia în continuă desfăşurare dintre Dumnezeind şi Creând. Dumnezeind ne avertizează în permanenţă: „Fii atent, dacă mănânci prea multă ciocolată, vei regreta"; „Dacă dezintegrezi atomul, reuşita te va costa scump"; „Dacă tehnologiile devin prea avansate, natura minţii umane se va modifica definitiv"; „Dacă viaţa devine prea trepidantă şi te solicită prea mult, vei pierde contactul cu

propriu-ţi suflet". Dumnezeind ne informează cu consecvenţă că vieţile noastre se bazează pe deciziile pe care le luăm.

Acţiunile, cuvintele şi gândurile noastre de zi cu zi afectează în permanenţă gradul nostru de armonie cu universul. Cu cât suntem în mai mare armonie, cu atât mai puternic este sentimentul nostru că suntem răsplătiţi. Dar această armonie nu este pur şi simplu rezultatul faptelor noastre individuale pentru că, aşa cum oamenii invocă liberul arbitru în fiecare moment, Dumnezeind aduce Providenţa Divină. Din cauză că Providenţa Divină cuprinde în componenţa sa toate reverberaţiile trimise în univers de toţi oamenii care au existat şi de toate evenimentele care au avut loc vreodată, nu putem să anticipam felul cum va acţiona. Din aceasta perspectivă, răsplata şi pedeapsa nu au legătură numai cu deciziile individuale, ci sunt produsul istoriei colective a Creaţiei. Afectează nu numai persoanele individuale, ci procesul de Creând în totalitatea sa.

Acesta este un concept fundamental al iudaismului. Acţiunile noastre conştiente şi faptele noastre bune nu sunt numai în favoarea individului, ci spre beneficiul întregii lumi. Scopul nostru este să aducem întreaga Creaţie la un grad mai mare de armonie. Acesta este motivul pentru care toate rugăciunile care se spun de Marile Sărbători sunt formulate la plural. Eforturile noastre sunt destinate întregii comunităţi, tuturor fiinţelor.

Talmudul susţine că atunci când pe o capră sălbatică o apucă durerile facerii, se poate afla pe vârf de munte. În această situaţie, iedul nou-născut va fi mutilat sau chiar omorât în cădere. Dumnezeind pregăteşte un vultur care să prindă iedul pe aripi în momentul naşterii, salvându-l astfel de la moarte. Se spune că: „Dacă vulturul ar veni cu o secundă mai devreme sau cu o secundă mai târziu, iedul ar muri."[10]

Acesta este un minunat exemplu privind spontaneitatea de reacţie a Divinei Providenţe.[11] Dar trebuie să ne întrebăm: Ce a adus providenţa în locul unde iedul nou-născut poate fi salvat? Iar răspunsul este că acest lucru se

poate întâmpla numai atunci când în univers domneşte o armonie aparte. Cunoaştem cu toţii numeroase situaţii în care providenţa nu intervine pentru salvarea vieţii. Balenele eşuează pe ţărm, păsările se lovesc de geamuri, caii îşi rup picioarele, accidente „naturale" se întâmplă pretutindeni.

Ştim că natura asigură în multe cazuri procrearea a milioane de pui ai unor specii pentru a se asigura supravieţuirea câtorva. Oamenii de ştiinţă se concentrează pe milioanele care nu supravieţuiesc, folosind asta drept argument ce probează caracterul întâmplător al fenomenelor din natură; misticii se concentrează pe cele câteva exemplare care supravieţuiesc, ca argument ce probează intervenţia Providenţei Divine.

Obiectivul nu este de a evita orice vătămare sau moarte accidentală, ci de a acţiona în direcţia realizării unei conştiinţe elevate care susţine un echilibru armonios în univers. Nu ştim ce nou-născuţi trebuie salvaţi. Nici nu putem înţelege pe deplin şi limpede moartea la orice nivel. Dar avem la dispoziţie o înţelepciune mai profundă, care ne îndrumă şi ne informează. Trebuie să ne bazăm pe aceasta cunoaştere lăuntrică.

În fiecare moment, Creând evoluează împreună cu Dumnezeind; aportul oamenilor constă din ingredientul liberului arbitru, iar cel al lui Dumnezeind din vasul de mixaj numit Providenţa Divină, Sistemul este esenţialmente cauzal, dar funcţionează spontan şi imprevizibil pentru că oricând se poate insera o variabilă necunoscută între cauză şi efect, fie prin intermediul liberului arbitru, fie prin Divina Providenţă.

Teza că Dumnezeu este un verb şi Creaţia este un proces în continuă desfăşurare aduce o nouă vitalitate în fiecare moment şi ne deschide o infinitate de posibilităţi. Înţelegând modul de funcţionare a procesului, cu Dumnezeind şi Creând desfăşurându-se simultan, dobândim o cunoaştere profundă asupra arhitecturii mistice a universului.

Concepţia misticii iudaice în ceea ce priveşte Providenţa Divină şi soarta este formată din două aspecte. În

primul rând, facem tot ce ne stă în putinţă să rămânem în viaţă, să ne îndreptăm, să schimbăm lumea în bine. De fiecare dată când respirăm ne oferim o nouă şansă de a ne confrunta soarta şi de a ne apropia şi mai mult de o nouă realitate. În al doilea rând, ne dăm seama că viaţa, aşa cum o ştim, este sortită să sfârşească, în cele din urmă, în moarte. Pentru aceasta învăţăm să practicăm detaşarea. Învăţăm să realizăm un echilibru între satisfacţie şi insatisfacţie şi ne creăm un centru de pace lăuntrică ce ne susţine apoi, în momentele grele.

Viaţa nu este o chestiune de *ori* (una) - *ori* (alta); totdeauna include spiritul de *şi*. Sunt momente care se pretează pentru un anume tip de abordare *şi* sunt momente care se pretează la exact soluţia opusă. Uneori ne luptăm din răsputeri să schimbăm lucrurile, alteori acceptăm cu resemnare soarta. În orice caz, trebuie să fim foarte circumspecţi faţă de oricine ne sugerează că deţine răspunsul la întrebări care frământă omenirea de mii de ani. Un mare învăţat a spus cândva: „În realitatea pe care o cunoaştem, multe întrebări au menirea doar de a fi puse fără a primi vreodată vreun răspuns."

MOARTEA ŞI TEAMA

Unii oameni susţin că aşteptarea morţii este cu mult mai mare decât moartea însăşi. Căminele de bătrâni şi bolnavi cronici sunt pline de oameni care aşteaptă cu îngrijorare vizita morţii. Asta poate dura ani întregi. În tot acest timp, zilele sunt toate îmbibate de teamă. Aceasta se accentuează când în sala de mese încep să apară scaune goale. La fiecare câteva săptămâni dispare încă cineva, ceea ce produce teroare în inimi.

Când va fi rândul scaunului meu să rămână gol? Ce se va întâmpla? Va fi dureros? Unde mă voi duce? Voi şti oare cine sunt? Mă voi mai întoarce vreodată de acolo?

TATA

Pe când lucram la cartea aceasta, tatăl meu, Samson D. Cooper, în vârstă de nouăzeci şi doi de ani, a trecut în nefiinţă. Era pacientul unui cămin-spital şi de mulţi ani fusese obligat să stea într-un scaun pe rotile. Se simţea prizonier într-un trup ce pur şi simplu refuza să mai funcţioneze cum dorea el. Către sfârşitul vieţii şi capacitatea sa intelectuală s-a redus dramatic şi îl demoraliza din ce în ce mai mult faptul că unele cuvinte sau chiar propoziţii întregi dispăreau, pur şi simplu, în gaura neagră ce îi mistuia încet-încet mintea.

Timp de vreo doi ani primeam mesaje telefonice săptămânale care-mi comunicau că tata fusese iar găsit căzut lângă scaunul lui cu rotile. Aluneca în cursul deplasării dintre pat sau toaletă şi scaun. Cred că, uneori, se culca pur şi simplu pe jos pentru că cele câteva zeci de centimetri pe care le avea de parcurs pentru a ajunge în pat necesitau prea mult efort. Cum fusese o persoană independentă toată viaţa, nu acceptase

să fie asigurat în scaun cu ajutorul unor curele de siguranţă. Din fericire, nu s-a rănit niciodată în cursul acestor incidente, având doar din când în când unele mici zgârieturi.

Într-o seară însă am primit mesajul că tata a fost găsit în stare de inconştienţă Ne-am dus imediat acolo. Când am ajuns, avea ochii larg deschişi, dar era incapabil să vorbească. Faptul nu prea era de bun augur.

Am rămas cu el până târziu în seara respectivă, iar eu m-am întors devreme în dimineaţa următoare. Deoarece nu putea să mănânce sau să bea, doctorul era sigur că nu va rezista mai mult de o zi-două. Aşa că, am rămas cu el, vorbindu-i, cântând, ori pur şi simplu stând acolo liniştit. Shoshana a venit şi ea în jurul prânzului, ne-am petrecut după-amiaza umezindu-i buzele şi gura cu apa, încercând să-i uşurăm - cât puteam - orice disconfort. În majoritatea timpului meditam.

Mama murise cu nouă ani în urmă de sărbătoarea numită *Tu Bişevat* - Anul Nou al Arborilor - pe când locuiam la Ierusalim. În timpul lungii călătorii cu avionul din Israel în California, unde locuise şi unde urma să fie îngropata, îmi amintesc cum - privind o mare întindere de nori - am simţit prezenţa mamei. Spiritul ei era în tot ce mă înconjura.

Târziu, în acea după-amiază petrecuta cu tata, am observat o modificare în felul cum respira. Pe tot parcursul zilei ne împinsese mâinile, refuzând să fie atins. I-am respectat dorinţa şi l-am lăsat în pace. Dar acum se schimbase ceva. A întins mâna spre a mea şi mi-a luat-o într-a sa. Avea ochii larg deschişi dar tot nu putea să vorbească.

M-am aşezat mai aproape de el pentru a-i putea şopti la ureche şi, deodată, tata a început să emane o lumină de forţă de viaţă care a învăluit toată încăperea. M-am simţit purtat într-un alt tărâm, fiind pe deplin conştient şi am simţit mai puternic ca oricând prezenţa mamei. Capul îmi era doar la câţiva centimetri de capul tatei. Şi ştiu sigur că şi el îi putea simţi prezenţa. Stătea nemişcat, privind înainte, ţinându-mă strâns de mână.

M-am trezit spunând: „E-n ordine, e-n ordine."

Tata nu era un tip religios. În ultimii cincisprezece-douăzeci de ani fusese supărat aproape pe tot ce exista. Mama renunţase pe parcurs să mai încerce să-l schimbe. Dar mă pusese să-i promit că voi fi lângă el în ultimii ani ai vieţii. Asta n-a fost uşor de făcut. Putea fi uneori destul de nesuferit. Dar, când ne-am întors din Israel, s-a mutat din California în Colorado, astfel încât să putem petrece mai mult timp împreună.

Acum însă, nu mai rămăsese în el nici cea mai slabă urmă din înverşunarea pe care o cunoşteam atât de bine. Ultima jumătate de oră din viaţa sa a fost calmă, coerentă şi de o trăire extraordinar de puternică. Respiraţia i-a slăbit, eu am continuat să-i şoptesc la ureche, iar prezenţa mamei s-a intensificat. La un moment dat am simţit ca un curent de adâncă recunoştinţă venind dinspre ea şi, parţial, dinspre el pentru a fi fost cu el în aceste momente şi, în special, pentru ceea ce se întâmpla chiar atunci.

Apoi, am simţit prezenţa mamei indicându-mi că preia ea totul de aici încolo, pentru că el urma să plece într-un loc ce era dincolo de puterile mele.

Tata nu şi-a închis ochii până la suspinul final, când i s-a oprit respiraţia. În acest moment ultim, am început să recit kadiş. Oriunde se afla atunci tata, m-a auzit. În colţul unui ochi i-a apărut o lacrimă. Am rămas perplex şi apoi s-a dus definitiv.

Toţi anii de înstrăinare şi relaţii reci dintre noi au fost şterşi de aceasta ultimă jumătate de oră. Nu a fost nevoie de cuvinte. Forţa de viaţa care s-a răspândit în încăperea aceea şi dincolo de ea era tot ce era de comunicat. Şi este cu mine acum, când scriu aceste cuvinte.

CUM LUCRĂM CU CEI CE SUNT PE MOARTE

A lucra cu oameni aflaţi pe moarte înseamnă a avea de-a face cu teama; a noastră, a celor din. jur şi cea a persoanei care e pe moarte. Deşi teama de moarte cuprinde aspecte diverse, având o gamă foarte largă, în esenţă acestea se regăsesc în trei categorii principale: teama de a nu fi fost la înălţimea aşteptărilor în viaţă, teama de durere în procesul morţii şi teama de necunoscutul de dincolo de moarte,

Când reuşim să ne liniştim propriile îngrijorări în ceea ce priveşte moartea, suntem mult mai capabili de a lucra cu alţii. Multe practici din iudaism ne ajută să ne dezvoltăm capacităţile pentru acest gen de activitate. În continuare, sunt prezentate exerciţii care ne acutizează gradul de conştientizare şi ne ajută ca, încet-încet, să ne reducem temerile.

Ne este bine cunoscut tuturor sentimentul că nu am făcut lucrurile cum trebuie; credem că am făcut o treabă de mântuială din serviciul sau din relaţiile noastre cu ceilalţi şi simţim că am lăsat urme care am vrea să dispară. Sperăm ca timpul să vindece aceste răni, dar - când ne apropiem de moarte - vechile suferinţe se profilează la proporţii excesive în universul regretelor noastre. O, de-am putea să refacem totul; dacă am avea mai mult timp la dispoziţie pentru a îndrepta lucrurile!

Oamenii aflaţi pe moarte sunt chinuiţi de gândul promisiunilor pe care nu şi le-au ţinut, al responsabilităţilor de la care s-au sustras şi al ţelurilor pe care nu le-au îndeplinit. Sunt îngrijoraţi totodată în privinţa obligaţiilor pe care le lasă în urmă pe umerii celorlalţi. Suferă din cauză că îi vor părăsi pe oamenii care se bazau pe ei, cei pe care i-au iubit, sprijinit sau chiar întreţinut. Şi au regrete în privinţa celor care le-au făcut servicii şi au ţinut la ei, dar cărora nu le-au arătat recunoştinţa ce li se cuvenea.

Atâta timp cât se concentrează pe jumătatea goală a sticlei, ca să spunem aşa, lista îngrijorărilor şi regretelor devine

din ce în ce mai lungă. De multe ori, atunci când. se află în pragul morţii, minţile şi inimile le sunt atât de pline de sentimentul eşecului personal şi al ocaziilor pierdute încât se cufundă într-un imens ocean de remuşcări. Asta îi împiedică, atât pe ei cât şi pe ceilalţi, apropiaţi lor, să se ocupe de alte aspecte mai importante cum ar fi iertarea, mărinimia şi deschiderea sufletească, recunoştinţa şi exprimarea iubirii necondiţionate.

Specialiştii din domeniul ştiinţelor medicale care lucrează cu oameni aflaţi în pragul morţii susţin că cea mai importantă calitate necesară cuiva care asistă o persoană în procesul de trecere în moarte este capacitatea de a fi prezent, de a fi în stare să asculte, să ofere sprijin şi încurajare şi de a nu fi inoportun. Dar, câteodată nu avem şansa de a mai clarifica lucrurile cu o persoană aflată pe moarte. Eu n-am putut face asta cu tata; în acea ultimă zi a sa el a fost în altă dimensiune, aşa că nu am avut această ocazie. Dar m-am aflat în multe situaţii în care m-am convins că oamenii pot abandona vechile şabloane de comportament şi gândire, realizând noi conexiuni eu efect tămăduitor pentru toţi cei implicaţi.

Dacă se întâmplă aşa, depinde de o serie întreagă de factori. *Nu* trebuie să ne facem din asta un obiectiv. Mulţi oameni nu sunt pur şi simplu pregătiţi să devină mai vulnerabili sau să se expună acestui risc în condiţiile deseori stresante ale procesului trecerii în moarte. Dacă însă există de ambele părţi dorinţa de a analiza probleme mai adânci, iată în continuare câteva exerciţii pentru a lucra cu persoanele aflate în pragul morţii.

Teama de a fi sub aşteptări

1. *Spovedania şi solicitarea iertării*

În iudaism, spovedania este asociată cu Marile Sărbători - Roş Haşana şi Iom Kipur. Atunci comunicăm cu

Divinitatea, atunci mărturisim lucrurile pe care regretăm că le-am făcut, le-am spus sau gândit.

Totuşi, putem să recurgem la spovedanie în orice perioadă a anului, confesând unei alte persoana lucrurile pe care regretăm că le-am făcut sau ascultând confesiunea altcuiva, mai ales dacă persoana este pe moarte. Desigur că asta trebuie făcută cu multă iscusinţă şi simţire. Oamenii sunt reticenţi de a dezvălui lucruri în privinţa cărora se simt vinovaţi. Mulţi ar prefera să ducă aceste secrete cu ei în mormânt şi au tot dreptul să o facă.

Reuşita acestui exerciţiu nu se măsoară prin volumul sau intensitatea informaţiilor dezvăluite. Ci, mai curând, se evaluează prin gradul în care se asigură un climat de siguranţă în care persoana în cauză poate decide să-şi discute regretele. Climatul trebuie să ofere aceeaşi securitate şi pentru *nediscutarea* problemelor sensibile - nu trebuie exercitată nici un fel de presiune în această situaţie.

Acest exerciţiu implică numai două persoane. Începem prin a sta aşezaţi în linişte, amintindu-ne cât de multe ocazii putem, în care am făcut, spus sau gândit unele lucruri pentru care acum ne pare rău. Uneori este suficient doar să stăm aşa liniştiţi pentru că, în termeni mistici, sufletele comunică în planuri diferite ale realităţii, care nu necesită exprimare verbală. Depăşeşte şi comunicarea prin privire sau gest. Chiar dacă persoana în cauză este în comă, sufletul se poate conecta în moduri necunoscute nouă.

În majoritatea cazurilor însă este folositor să spunem cu glas tare ce avem pe suflet. Scopul exerciţiului este de a admite greşelile şi de a cere iertare. Când putem face asta, procesul poate fi deosebit de tulburător. Adesea creează noi posibilităţi de înţelegere între oameni şi este recomandabil în special pentru. vindecarea unor răni sufleteşti vechi. Persoanele implicate în exerciţiu se pot spovedi amândouă.

2. *Anularea legămintelor*

Aceasta este o altă practică spirituală ce ţine, de obicei, pe perioada Marilor Sărbători, dar poate fi utilizată în orice

parte a anului. După cum am consemnat, muribunzii sunt deseori preocupaţi de treburile pe care nu au reuşit să le termine. Degajarea lor de aceste obligaţii poate fi sursa unui sentiment autentic de eliberare.

Mai întâi, la un moment potrivit, întrebăm persoana: „Credeţi că aţi făcut promisiuni sau v-aţi asumat vreo obligaţie de care nu v-aţi achitat?" Dacă persoana spune că da, încercaţi să găsiţi o cale cu care este şi ea de acord de a o elibera de aceste obligaţie Dacă este vorba de o promisiune pe care v-a făcut-o chiar dumneavoastră îi puteţi spune ceva de genul: „Te dezleg din toată inima de această promisiune şi de orice alte obligaţii ţi-ai luat faţă de mine."

Dacă este o obligaţie faţă de altceva, încercaţi să găsiţi o altă cale de a scoate persoana de sub influenţa obligaţiei. Puteţi să le chemaţi pe celelalte persoane implicate. Puteţi să apelaţi la raţiune. Puteţi să preluaţi chiar asupra dumneavoastră unele lucruri, dar niciodată dintr-un sentiment de vinovăţie. Puteţi chema în sprijin îngeri, puteţi recurge la rugăciuni. Îl puteţi chema pe Dumnezeu în ajutor.

Însăşi faptul ca sunt discutate aceste probleme este o eliberare; în genere creează o stare de mai mare linişte sufletească şi un cuget mai limpede. În acest fel se poate face foarte mult pentru un om aflat în ultimele sale zile sau ore de viaţă pentru a-l ajuta în tranziţia către lumea de dincolo.

3. *Taşlih*

Anularea legămintelor este una din practicile de purificare. O alta este *taşlih* (vei arunca), care se face anual în după amiaza primei zile de Roş Haşana. De obicei, se spun rugăciuni lângă un curs de apă, în care se aruncă firimituri de pâine reprezentând aspectele reziduale de caracteristici, obiceiuri şi amintiri de care dorim să ne descotorosim. Următorul exerciţiu este o variantă a acestui ritual.

Dacă cei aflaţi pe moarte pot scrie singuri, spuneţi-le să scrie. Dacă au nevoie de ajutor şi sunt dispuşi să vă lase să-i ajutaţi, scrieţi dumneavoastră pentru ei. Pe bucăţele de hârtie, scrieţi răspunsuri la următoarele:

a. Lucruri care le-am făcut în viaţă şi pe care le regretă.

b. Orice am spus producând astfel un rău cuiva.

c. Întâmplări pe care aş dori să le retrăiesc în alt fel, dacă aş putea.

d. Lucruri pe care aş dori să le fi spus cuiva

e. Promisiuni pe care le-am făcut şi nu le-am respectat.

f. Speranţe şi vise care nu s-au realizat niciodată.

Orice poate fi adăugat în continuarea acestei liste. Toate bucăţile de hârtie trebuie rupte şi arse deasupra unui mic foc, încet, contemplativ, până nu mai rămâne nici una. În spital sau în oricare alt loc unde nu este permis ori nu avem posibilitatea să aprindem un foc, fiecare bucăţică de hârtie poate fi tăiată în fragmente mici, care apoi se distrug într-un mod sau altul

4. *Istoricul familiei*

Dacă muribundul este părinte, bunic sau o rudă vârstnică, un exerciţiu excelent constă în rememorarea cât mai multor evenimente din istoricul familiei pe care persoana este dispusă să le ofere. Cine a făcut ce, când? Care sunt cele câteva din rareori dezvăluitele secrete de familie? Încercaţi să obţineţi cât mai multe amănunte. Explorarea în adâncime a trecutului este o minunată formă de tămăduire.[12] Le permite oamenilor să reflecteze asupra sensului vieţii lor, a rolului şi influenţei lor şi asupra continuităţii de viaţă pe care au generat-o. Deşi reflecţiile pot deschide şi unele răni vechi, în cea mai mare parte sunt stimulative, o mângâiere şi o mulţumire pentru suflet. Acest exerciţiu este recomandat în mod deosebit.

5. *Exerciţii de meditaţie*

Multe din exerciţiile de meditaţie descrise în această carte sunt recomandate în special pentru activităţile legate de teama de a fi sub aşteptări: primul şi al treilea din cele privind practicarea uimirii, cele privind practicarea detaşării, a purităţii şi a bucuriei, meditaţia cu arhangheli, exerciţiul cu îngerul păzitor ori cel intitulat „Prin ochii lui Dumnezeu"

Teama de durere

Majoritatea doctorilor din ziua de azi prescriu suficiente medicamente pentru a elimina durerile asociate procesului de trecere în moarte. Fiecare dintre noi avem niveluri specifice de toleranţă a durerii, astfel că, în cele din urmă, pacientul este cel care stabileşte gradul de medicamentaţie care îi asigură o stare mai bună. Odată hotărâtă medicamentaţia adecvată, pot fi utilizate o serie de metode complementare pentru a acţiona în direcţia calmării durerii.

Meditaţia sub îndrumare este de nepreţuit pentru cei care au experienţă în acest domeniu. Secretul unui îndrumător competent constă în a învăţa să participi la meditaţie în timp ce dai îndrumările. Nu doar să citeşti instrucţiunile. Asta nu are efectul scontat. Trebuie să intri în atmosfera meditaţiei. Starea personală de spirit va influenţa ritmul în care veţi efectua exerciţiul; modulaţiile vocii dumneavoastră, gradul în care sunteţi sensibil faţă de nevoile celuilalt pot influenţa pe cineva aflat in pragul morţii.

1. *Inspiraţie*

Una din tehnicile de meditaţie din iudaism este lectura cu glas tare a unor texte înălţătoare. *Psalmii*, *Cântarea cântărilor*, *Şema* şi alte rugăciuni, ca şi alte părţi din *Scriptură* îşi dezvăluie sensurile adânci când sunt citite într-un tempo rar şi sunt folosite ca material de contemplaţie.

Mulţi oameni au puternice reţineri în ceea ce priveşte literatura biblică. Faptul priveşte mai degrabă limbajul acesteia şi nu subiectul ca atare. Încercaţi să lucraţi cu materiale ce au un limbaj cât mai apropiat de cel cotidian. Dacă nu găsiţi un material de lectură adecvat persoanei, folosiţi-vă de poezie sau de altă formă literară înălţătoare, care vă mişcă sufletul.

Când folosiţi materiale biblice, revizuiţi-vă selecţia înainte de a începe, pentru a vă asigura că este adecvată. Nu citiţi pentru conţinutul propriu zis al textului, ci pentru. spiritul

său înălţător. Este bine ca după ce citiţi un rând să faceţi pauză. Acest proces are mare importanţă.

2a. *Vorbind cu Dumnezeu*

Timp de zece-cincisprezece minute, adresaţi-vă lui Dumnezeu cu propriile voastre cuvinte. Fiecare din cei angrenaţi în acest tip de exerciţiu trebuie să-şi găsească un loc în care să fie sigur pentru a putea vorbi în şoaptă, beneficiind de un oarecare grad de fatalitate, fără să fie deranjat. Încercaţi oricare din următoarele subiecte (sau altele care par adecvate).

a. Ce am făcut bine în viaţă

b. Ce aş fi putut face mai bine

c. De ce am nevoie în clipa de faţă

d. Rugăciune pentru alţii

e. Cum să fac faţă durerii şi anxietăţii mele

f. Cum să-mi deschid inima şi să accept lucrurile aşa cum sunt

2b. *Reflectarea lui Dumnezeu*

Repetaţi acest exerciţiu de adresare către Dumnezeu, dar, de data aceasta, vorbiţi unul cu celălalt, ca şi când partenerul dumneavoastră ar fi elementul prin intermediul căruia Dumnezeu vă ascultă. Unul dintre dumneavoastră vorbeşte, iar celălalt ascultă. După cinci sau zece minute, inversaţi rolurile. Rugaţi-vă unul către celălalt. Lăsaţi-vă inima să se conecteze profund cu cea a partenerului.

3. *Cântând împreună*

Cântaţi împreună cântece sfinte, psalmodiaţi numele lui Dumnezeu, recitaţi versete din liturghie, intonaţi melodii fără cuvinte sau orice alte forme care înseamnă a vă ridica vocea în cânt. Cântatul împreună are o mare putere tămăduitoare.

4. *Natura*

Dacă puteţi, mergeţi într-o plimbare; mergeţi în mijlocul naturii; staţi pe malul mării, pe un munte, în deşert, pe malul unui pârâu sau în orice loc frumos şi plin de viaţă. Staţi aşa în mijlocul naturii şi ascultaţi. (Dacă muribundul nu poate

face asta, exercițiul este foarte util și pentru cel care-l îngrijește).

5. *Alte genuri de meditație*

Alte exerciții de meditație prezentate în această carte care sunt utile în combaterea temerii de durere sunt: practicarea detașării, meditația cu arhangheli și exercițiul cu îngerul păzitor.

Teama de necunoscut

Literatura hasidică și cabalistică, *Talmudul* și *Zoharul*, toate conțin descrieri ale unor niveluri de realitate aflate dincolo de puterea de pătrundere a minții. Din cauză că aceste tărâmuri nu sunt raționale și sunt dificil de descris, calea cea mai bună de a le putea vizita este vizualizarea sub îndrumare, care îi lasă celui care meditează totala libertate de a-și forma propriile imagini lăuntrice. Folosindu-ne imaginația, în contextul meditației sub îndrumare, pentru a explora alte tărâmuri, putem să ne diminuăm teama de necunoscut. Într-adevăr, intrând în zona tărâmurilor cerești în închipuirea noastră, simțim o alinare, o liniște și o îmbărbătare lăuntrică. Este ca și când sufletele noastre ar avea o memorie proprie ce depășește capacitatea minții. Exerciții de meditație sub îndrumare, cum ar fi cel cu îngerul păzitor, cel cu arhangheli și cel cu tronul lui Dumnezeu, sunt foarte folositoare în acest proces.

Ori de câte ori am lucrat cu oameni care manifestă o mare frică de moarte, i-am condus printr-o serie de exerciții ca acestea. Pornim împreună într-o călătorie lăuntrică spre realități de după moarte create în închipuirea noastră. Imaginația are acces extrem de facil la alte niveluri de realitate. Nu contează atât de mult faptul că inventăm sau nu lucrurile, ci important este mai curând aspectul că - așa cum am arătat anterior - dacă putem să imaginăm ceva, o anume parte din

acest ceva există într-adevăr. „Precum în înalturi, aşa şi dedesubt". Astfel, putem vedea şi cealaltă faţă a morţii.

Îndrumarea vizualizărilor nu implică câtuşi de puţin sugerarea unor forme concrete. Ideea este mai degrabă de a stabili nişte intenţii şi de a încuraja persoana care vizualizează să exploreze liber imaginile din mintea sa. Îndrumătorul este doar un asistent în realizarea vizualizării, atunci când cineva are nevoie de ajutor pentru a-şi putea depăşi limitele autoimpuse. Odată ce se realizează acest lucru, pentru persoana care vizualizează se deschide un întreg nou univers. Exerciţiul poate fi făcut într-o singură şedinţă prelungită de vreo două ore, sau în mai multe şedinţe mai scurte, repartizate pe parcursul unei săptămâni. Este îndeobşte o experienţă deosebită şi deseori conduce la cristalizarea unui punct de vedere cu totul diferit asupra vieţii de după moarte.

Cu toate practicile şi exerciţiile ce le avem la dispoziţie, frica de moarte constituie încă o problemă majoră a multor oameni. Aşa cum vom vedea mai târziu în cuprinsul acestei cărţi, unii din cei mai mari înţelepţi iudaici au apelat la ajutorul altora pentru a-şi putea birui teama de moarte. Concluzia lor generală a fost că moartea însăşi era o experienţă mult mai uşoară decât procesul de trecere în moarte, unde teama are un rol dominant. Nu există soluţii ample pentru această problemă.

EVOLUŢIA SUFLETULUI DUPĂ MOARTE

Un ritual iudaic tradiţional practicat în răstimpul ultimelor ore de viaţă ale cuiva este de a aprinde o lumânare în încăperea unde se află muribundul, ceea ce simbolizează pâlpâirea sufletului uman. Respectăm ultimele dorinţe ale persoanei şi o încurajăm cu blândeţe să se spovedească şi să se căiască pentru păcatele sale. Confesiunea poate fi şi atât de simplă ca o frază în genul „Fie ca moartea mea să fie o ispăşire

a păcatelor mele". Deseori, pregătindu-se pentru moarte, persoana în cauză recită *Şema.*[13] În *Talmud* se spune că a sta cu cineva cât moare este o faptă de milostenie şi iubire deosebită pentru că un suflet în starea de tranziţie către moarte este alinat de prezenţa altui suflet într-o stare de linişte.

Conform tradiţiei iudaice, spunem că cineva a murit atunci când i s-a oprit respiraţia şi nu mai are puls. Se pune pe buzele persoanei un fulg care este observat timp de opt minute pentru a detecta orice eventual semnal de mişcare a acestuia. Apoi, se închid cu delicateţe ochii persoanei, iar braţele şi palmele sunt întinse de-a lungul corpului. Se varsă toată apa din vasele aflate în apropiere. Corpul neînsufleţit nu este lăsat singur nici o clipă pentru că sufletul său vital este temporar dezorientat. De la moarte şi până la înmormântare - ceea ce conform tradiţiei reprezintă aproximativ douăzeci şi patru de ore sau mai puţin - se citesc continuu psalmi pentru a uşura trecerea în celălalt tărâm.[14]

În comunităţile cu un pronunţat spirit religios, trupul este pregătit pentru înmormântare de o *Hevra kadişa* (comunitate sfântă). În această acţiune, numită *tahorah* (purificare), trupul este spălat cu apă călduţă, în timp ce cei prezenţi recită versete din *Biblie* sau psalmi. Ideea este de a arăta respectul cuvenit celui ce a murit şi de a contribui la izbăvirea sufletului aflat în tranziţie. *Tahorah* este o experienţă deosebit de puternică pentru cei ce efectuează ritualul şi deosebit de semnificativă pentru cei rămaşi în viaţă. Când s-a încheiat spălarea trupului, acesta este ţinut în poziţie verticală şi se toarnă peste el o mare cantitate de apă - cel puţin şaptesprezece litri. Aceasta reprezintă o purificare finală în pregătirea pentru înmormântare. După aceea, trupul este şters şi pus în giulgiuri.[15]

Evreii neortodocşi au renunţat la multe din ritualurile tradiţionale. Consider că asta este o greşeală. Am fost chemat cândva de un om care urma să aibă o operaţie foarte serioasă. Îl urmărea gândul că era posibil să moară. A cerut să i se facă un ritual budist tibetan, şi apoi o înmormântare iudaică. L-am

întrebat de ce şi mi-a răspuns că, în conformitate cu acest ritual, trupul lui urma să fie îngrijit şi asistat în permanenţă şi că se vor spune rugăciuni pentru a-i uşura trecerea în lumea de dincolo. I-am spus că iudaismul are un ritual similar, folosind rugăciuni diferite, dar având aceeaşi desfăşurare. A fost surprins să afle asta; majoritatea evreilor nu cunosc tradiţia în profunzime.

Evreilor neortodocşi le-ar folosi să revadă cu grijă acest aspect al tradiţiei şi să se gândească foarte serios să acorde respectul cuvenit misterului morţii. Aflând mai multe lucruri despre concepţia misticii iudaice în ceea ce priveşte moartea, călătoriile sufletului, înălţarea scânteilor de Divinitate şi aducerea conştiinţei la un nivel superior, trebuie să ne aplecăm cu mai multă atenţie asupra însemnătăţii unora din vechile noastre ritualuri.

Obiceiurile iudaice de după înmormântare sunt, în general, bine cunoscute. În primele şapte zile membrii apropiaţi ai familiei sunt în perioada de *şiva* (*şiva* înseamnă şapte), care include asemenea practici de a se aşeza numai foarte aproape de pământ (chiar pe jos sau pe bănci joase), a arde o lumânare pe tot parcursul săptămânii, a nu purta încălţăminte din piele, a acoperi toate oglinzile din casă sau a le întoarce cu faţa la perete şi a avea un *minian* de rugăciune (zece adulţi) în casă pentru cele trei rugăciuni zilnice (de dimineaţă, de după amiază şi de seară, după lăsarea întunericului), astfel încât să se poată recita *kadiş* (rugăciune pentru cei morţi). Toate aceste activităţi, cu ritualul ce le însoţeşte, pot avea un efect terapeutic asupra familiei. Ele contribuie la strângerea relaţiilor intercomunitare, apropiindu-i pe oameni unii de alţii, creând cadrul asigurării unui sprijin în faţa unei experienţe dificile de viaţă. Cunoaşterea faptului că aceste ritualuri sunt respectate şi practicate de mii de ani ne dă un sentiment de conexiune cu tradiţia. Mulţi oameni care îndeobşte nu se prea conformează riturilor iudaice au constatat că perioada de *şiva* este un moment de adâncă semnificaţie şi valoare pentru ei.

Perioada de doliu continuă treizeci de zile (*şeloşim*), timp în care cei care ţin doliu nu se tund, nu poartă haine călcate, nu se căsătoresc, nu participă la evenimente festive şi nu efectuează călătorii de afaceri. În fiecare zi, la rugăciuni (conform tradiţiei de trei ori pe zi) se recită *kadiş* timp de unsprezece luni în cazul doliului pentru un părinte, copil sau soţ.

Majoritatea ritualurilor sunt destinate să-i ajute pe cei îndureraţi. La nivel mistic, ele ajută totodată sufletul celui dispărut în timpul perioadei sale de tranziţie. Acest lucru este valabil cu deosebire în cazul rugăciunilor trimise în sprijinul sufletului care are nevoie de izbăvire. Vom vedea că forţa rugăciunii pentru cei morţi constituie o parte importantă a procesului de izbăvire.

Fie că ne simţim atraşi sau nu de practicile de doliu tradiţionale, nu putem să nu ne gândim la pierderea cuiva drag. Ne putem constitui într-o resursă majoră de sprijin pentru sufletul plecat dintre noi, trimiţându-i pur şi simplu sentimentele noastre de iubire şi tot sprijinul nostru. Când simţim că facem ceva în acest sens, asta ne ajută să trecem de perioada de îndurerare, iar misticii spun că ajută într-adevăr sufletul.

MÂNTUIREA NEFEŞ

Aşa cum am arătat mai înainte, există cinci niveluri sufleteşti. Nivelurile superioare, *neşama*, *haiah* şi *iehidah*, funcţionează într-un mod direct în care nu pot fi direct afectate de ceea ce face o persoană cu conştiinţa sa. Totuşi, sunt afectate indirect de starea în care se află *nefeş* şi *ruah*. După moarte, nivelurile superioare ale sufletului se vor întoarce în „regiunile" lor de origine, dar trebuie să aştepte izbăvirea lui *nefeş* înainte de a se putea odihni în condiţia lor normală.

Dacă *nefeş* nu poate fi mântuită, *ruah* nu poate fi „încoronată" în partea de jos a Grădinii Edenului. Dacă nu

poate fi încoronată, nivelurile superioare ale sufletului nu pot ajunge în centrul conştiinţei. Astfel, toate nivelurile sunt „pedepsite", trebuind să aştepte isbăvirea nivelului cel mai de jos al sufletului, *nefeş*.

Se spune că, în primele şapte zile după moarte, *nefeş* rătăceşte între mormânt şi locuinţa celui decedat, căutându-şi corpul. După aceea, *nefeş* este purificată în *Ghehinom* şi rătăceşte prin întreaga lume până are un veşmânt (semnificând un nivel de conştiinţă).[16] Acest proces de purificare durează douăsprezece luni. Când şi-a dobândit veşmântul, *nefeş* are acces la partea de jos a Grădinii Edenului, unde se alătură lui *ruah*. Atunci *ruah* este încoronat, *neşama* se unifică cu Tronul şi totul e bine.

Într-un pasaj remarcabil, *Zoharul* descrie procesul de purificare al *nefeş* în timpul celor douăsprezece luni de după moarte, prezentând lucrurile total diferit de ceea ce am fost învăţaţi cei mai mulţi dintre noi să credem. Sistemul misticii iudaice este destinat să continue procesul de *tikun olam* (îndreptarea universului) chiar şi după moarte. Cititorul trebuie să ţină minte în permanenţă că limbajul Cabalei este poetic, imaginile sunt metafore, iar intenţia este de a stimula mai degrabă sufletul şi nu mintea. Din această perspectivă, lăsaţi-vă să pătrundeţi în universul acestor precepte mistice ca într-o grădină a splendorilor.

Odată ce *nefeş* nu mai are un trup în care să sălăşluiască, îşi pierde liberul arbitru, care aparţine numai oamenilor în viaţă.[17] De aceea, nu se mai poate izbăvi singură, ci are nevoie de îndrumarea şi ajutorul unei fiinţe omeneşti care posedă liber arbitru. În acest sens, există mai multe modalităţi în care poate fi izbăvită *nefeş*.

SPRIJIN DIN PARTEA UNUI *ŢADIK* ÎN VIAŢĂ

Există *ţadikim* (sfinţi) care sălăşuiesc în alte tărâmuri. Ei sunt aduşi în lumea aceasta când echilibrul între bine şi rău din lume înclină în mod. periculos în favoarea răului. În această situaţie, *ţadikimii* au sarcina de a ajuta lumea să-şi continue existenţa pe acelaşi făgaş fără să deraieze.[18]

Când în lume se află un *ţadik* în viaţă, sufletele neizbăvite, dar mai ales cele aflate în cele douăsprezece luni de după moarte sunt folosite de acest sfânt ca „lucrători" pentru a asigura buna funcţionare a lumii. Ele acţionează la fel ca îngerii pentru că au putinţa de a face lucruri în alte realităţi decât cea pe care o cunoaştem noi. Servindu-l pe sfânt, aceste suflete înalţă scântei de divinitate şi sunt izbăvite prin meritul lucrului lor în slujba *ţadik*.

RUGĂCIUNE

Dacă nu există nici un *ţadik* în viaţă pe pământ în acel moment, sufletele sunt apărate de sulurile *Torei*. Adică, puterea tuturor rugăciunilor din lume este folosită pentru a menţine iluminate sufletele rămase neizbăvite. Astfel, familia şi prietenii care se roagă pentru cineva recent decedat pot avea o importanţă crucială în ceea ce priveşte izbăvirea respectivului suflet. Subliniem încă o dată că noi, cei cu liber arbitru, putem realiza lucruri care depăşesc capacitatea de acţiune a unui suflet aflat în tărâmurile morţii.

MERITUL STRĂMOŞILOR

Apoi, se apelează la nivelul *ruah* al sufletului, scoţându-l din Grădina Edenului, pentru a contribui la

iluminarea - şi astfel, la înălţarea - nivelului *nefeş*. În acest proces, de trei ori pe zi, *ruah* merge în Grota Macpela, adică la mormintele lui Abraham, Sara, Isaac, Rebeca, Iacob şi Lea. Prezenţa sa încălzeşte osemintele acestora, precum prezenţa unui stră-strănepot încălzeşte spiritul unui stră-străbunic. Această „încălzire" atrage o rouă divină, esenţa datorită căreia se manifestă viaţa. Odată stimulată, roua descinde din ceruri, strat după strat, până când ajunge la partea de jos a Grădinii Edenului. Aici, roua divină se îmbăiază şi se parfumează în mirodenii. Roua aromatizată intră apoi în Grota Macpela, iar parfumul Grădinii Edenului înalţă spiritul patriarhilor şi matriarhelor. Datorită meritului lor, lumea este tămăduită, iar sufletele din tărâmurile morţii sunt izbăvite.[19]

COMPASIUNEA DIVINITĂŢII

Dacă nu are loc nici una dintre aceste acţiuni, iar lumea este în pericol din cauză că patriarhii şi matriarhele sunt adormiţi (şi nu protejează lumea), atunci *nefeş* informează *ruah*, *ruah* informează *neşama* iar *neşama* îl informează pe Cel Sfânt despre acest lucru. Cel Sfânt se aşează pe Tronul Îndurării, ceea ce produce emanaţia unui flux de rouă din partea Celui Sfânt din Vechime *(En Sof)*. Fluxul ajunge la „Capul Regelui" (ramurile superioare Arborelui Vieţii: *hohma*, *binah* şi *daat*), ceea ce face ca ramurile inferioare, spiritele patriarhilor şi matriarhelor (*hesed*, *ghevorah*. şi *tiferet*) să fie binecuvântate. Drept rezultat, este binecuvântat tot ce există în lume, ceea ce, implicit, ajută toate sufletele neizbăvite.[20]

Deosebirea dintre concepţia cabalistică asupra izbăvirii sufletului şi punctele de vedere exprimate în alte texte iudaice este atât de mare încât trebuie să ne oprim şi să reflectăm. Constatăm că sufletul este abordat într-o cu totul altă lumină; izbăvirea lui este practic asigurată. Prin slujirea unui *ţadik*, prin meritul rugăciunii, prin meritul patriarhilor şi matriarhelor sau - ca ultimă alternativă - prin fluxul emanând de la însăşi Sursa

Divină, parcursul de după moarte este încărcat de milostivire şi îndurare.

Spre deosebire de conceptul de răsplată şi pedeapsă din literatura iudaică, ideea îndurării şi iertării în acest caz nu este ceva ce se referă la persoană, ci este chintesenţa alcătuirii universale. Deşi *nefeş* poate purta povara unei vieţi păcătoase, tendinţa de acţiune a universului este să înalţe toate nivelurile de conştiinţă. Această tendinţă va ridica *nefeş* la un nivel în care acesta se va putea înveşmânta într-o conştiinţă superioară, astfel că se va putea întâlni cu sora sa, *ruah*, în Grădina Edenului. Când se înfăptuieşte acest lucru, sora sufletească *neşama* ajunge la potenţialul său cel mai ridicat.

Aşa cum am arătat mai devreme, nivelurile sufleteşti sunt conectate precum sunetele pe o strună de vioară. Struna nu va produce sunete adecvate dacă o împiedică ceva. Astfel, procesul de mântuire a nivelurilor inferioare ale sufletului deblochează nivelurile superioare, iar struna viorii noastre este eliberată pentru a se putea alătura simfoniei cosmice cu toate sunetele emise perfect.

REÎNCARNAREA

Moartea copiilor este deconcertantă, crudă şi pare atât de lipsită de sens. Cum îi facem faţă? Viziunile asupra altor lumi nu diminuează cu nimic durerea sfâşietoare a părinţilor care şi-au pierdut copilul, mai ales când este vorba de unul de vârstă fragedă, care nu a avut şansa de a gusta din viaţă.

Prietenii noştri Yakov şi Miriam ne-au solicitat să fim naşii primului lor născut, Hanoch. La ceremonia de circumcizie, mi-a atras atenţia un fapt. În mod obişnuit, procedura chirurgicală rapidă are drept rezultat o sângerare destul de mare. Copilul plânge câteva secunde, până când i se pune între buze o vată înmuiată în vin. Dar Hanoch a sângerat extrem de puţin şi aproape n-a plâns. Era ca şi când ştia ceva ce nouă, celorlalţi, ne scăpase.

În aceeaşi zi, mama lui s-a simţit foarte rău. Am crezut cu toţii ca era o slăbiciune postpartum, dar un an mai târziu am aflat ca Miriam avea SIDA. Asta s-a întâmplat într-o vreme când marele public nu prea ştia multe despre această boală. Era cadru medical şi, cumva, venise în contact cu sânge contaminat, probabil înţepându-se cu un ac, pentru că, pe atunci, nu se respectau procedurile meticuloase de prevenire devenite obişnuite în ziua de azi. Miriam a murit la şase luni după aceea. Hanoch era HIV pozitiv. Se prea poate ca el să fi fost primul copil din Israel cu această boală. A murit la vârsta de opt ani.

Oricine a fost implicat într-un caz de boală fatală sau de moarte a unui copil a trecut printr-un test de încercare a credinţei din străfundurile sale. Dacă viaţa are vreun rost, ce sens are moartea unui copil? În plus, odată ce am trecut prin durerea unei atât de groaznice pierderi, nu ne putem opri să ne întrebăm de ce este atâta suferinţă în lume. De ce este atât de multă foamete, atâtea morţi fără nici un sens, atâta cruzime?

De ce au existat pe parcursul întregii istorii atâtea războaie şi molime, atâta boală şi năpastă, tiranie, sărăcie, tortură şi crime? Ce fel de Dumnezeu este acesta care tolerează astfel de lucruri?

Evident, nimeni nu a putut da răspunsuri adecvate la astfel de întrebări. Tradiţiile spirituale însă încearcă să ofere cosmologii care permit o cunoaştere mai profundă a unor aspecte precum soarta, *karma*, reîncarnarea şi călătoriile sufletului. Preceptele misticii iudaice pornesc de la premisa că viaţa şi moartea, aşa cum le cunoaştem noi, sunt reflectări ale altor realităţi. Ceea ce considerăm noi că este început şi sfârşit reprezintă doar nişte segmente a ceva nemărginit şi nesfârşit.

Preceptele referitoare la reîncarnare sunt de mare însemnătate pentru momentele în care nu mai avem la ce să apelăm în tragedia morţii. Fie că este vorba de moartea unui copil sau a unui tânăr în floarea vârstei, putem să găsim alinare în înţelegerea că îndatorirea pentru care au venit pe pământ a fost îndeplinită şi au trebuit să plece mai departe. Există chiar un precept care spune: „Cei buni mor de tineri ca să nu riște să fie corupţi, iar cei răi trăiesc mai mult astfel încât să aibă mai multe şanse să se căiască."[21]

DATORII VECHI

Un bărbat, pe nume Baruch, s-a dus odată la Baal Şem Tov cu o listă lungă de plângeri. Viaţa nu fusese deloc bună cu el. Nu putuse să-şi termine studiile din cauză că, de la o vârstă fragedă, fusese nevoit să muncească pentru a-şi întreţine familia. Avea dificultăţi în a se apropia de femei. Nu reuşea să rămână prea mult timp într-o slujbă. Oamenii se purtau urât cu el şi reputaţia sa era la pământ. Ce se întâmpla? Ce făcuse să merite o astfel de soarta? Şi ce putea să facă s-o schimbe?

Baal Şem Tov l-a ascultat în tăcere, mângâindu-şi barba şi apoi a spus:

- Baruch, vreau să te duci în oraşul al cărui nume îl voi

scrie pe această bucată de hârtie. În acel oraş va trebui să-l găseşti pe Yishai ben Sabtai. Caută-l până-l găseşti pentru că atunci când vei da de el vei înţelege totul.

Baruch a plecat imediat în oraşul cu pricina. S-a dus la fiecare *shul* în căutarea lui Yshai ben Shabbtai. I-a întrebat pe măcelari, pe negustori şi pe perceptor de el. Nimeni nu auzise de o asemenea persoană. Baruch a căutat timp de săptămâni întregi. Nu putea crede că Baal Şem Tov îl trimisese după potcoave de cai morţi.

În cele din urmă a obosit. A ajuns până şi la cimitirul local, unde a vorbit cu un gropar bătrân şi zbârcit. I-a povestit acestuia toată tărăşenia. Groparul l-a privit pe sub sprâncenele sale stufoase şi l-a întrebat:

- Ai spus Yishai ben Shabbtai?

Baruch a încuviinţat din cap şi bătrânul a început să chicotească.

- Uluitor - a spus. A fost înmormântat în prima groapă pe care am săpat-o eu în viaţa mea, acum cinzeci de ani şi, de atunci, nimeni, dar absolut nimeni n-a întrebat de el. Vezi tu, omul a fost cel mai zgârcit, meschin şi crud individ care a existat vreodată.

Bătrânul gropar l-a condus pe Baruch în partea opusă a cimitirului, unde o mică piatră funerară marca mormântul lui Yishai ben Shabbtai, şi a spus:

- Iată, aici este, dar trebuie să-ţi spun că oricum nu te-ar fi ajutat, chiar dacă era în viaţă. Te-ar fi scuipat în obraz, aşa cum le-a făcut tuturor celorlalţi.

Baruch era nelămurit. S-a întors la Baal Şem Tov şi i-a relatat aventura căutărilor sale.

- De ce m-ai trimis să caut pe cineva care a murit înainte ca eu să mă fi născut? l-a întrebat.

Baal Şem Tov s-a uitat adânc în ochii lui şi i-a spus:

- Baruch, priveşte în lăuntrul tău pentru că tu ai în tine scânteile renăscute ale sufletului lui Yishai ben Shabbtai şi asta este răspunsul la întrebarea ta. Fiecare problemă cu care te confruntă înalţă o altă scânteie de Divinitate pe care el a făcut-o să cadă.

GHILGUL: REÎNCARNAREA

La fel cu misterele care înconjoară moartea, problema reîncarnării este foarte controversată în doctrina de practică generală a iudaismului. Chiar şi în ziua de azi, ori de câte ori relatez povestiri hasidice ce cuprind ideea transmigrării sufletelor, oameni din public vin după aceea la mine spunând: „Nu ştiam că iudaismul este adeptul tezei reîncarnării".

În realitate, multe texte iudaice pun în discuţie problema. Mai mult, „spre deosebire de opoziţia făţişă a filosofiei iudaice, metempsihoza (reîncarnarea) este considerată ca existentă şi cât se poate de reală în Cabala".[22] *Bahir* (secolul al doisprezecelea), unul din primele tratate cabalistice, se referă la reîncarnare, iar în secolul al doisprezecelea Haim Vital a scris o serie de lucrări pe acest subiect. Cea mai cuprinzătoare carte existentă în prezent este *Jewish Views of the Afterlife* (Concepţiile iudaice asupra vieţii de după moarte) de Simcha Paull Raphael (Aronson, 1994).

Toţi cei care au scris în vechime acest subiect au considerat reîncarnarea o pedeapsă. Mai târziu, concepţia s-a modificat sub influenţa Cabalei Lurianice, care afirma că scânteile din rădăcinile de suflet pot fi colectate în suflete individuale. Aşa cum am arătat mai înainte, una din principalele doctrine ale lui Luria susţine că îndatorirea omenirii este să izbăvească scânteile căzute ale omenirii primordiale. Fiecare rădăcină de suflet trebuie, prin urmare, să înalţe cele 613 de mădulare care reprezintă Adam şi Eva. Această acţiune se numeşte *Şi'ur komah*, însemnând „măsura corpului, a taliei."

Şi'ur komah este o măsurătoare metafizică şi nu ceea ce se susţine datorită unei înţelegeri greşite si anume că ar fi încercarea de a măsura, de fapt, corpul lui Dumnezeu. Doctrina a constituit una din cele mai secrete părţi ale învăţăturilor cabalistice timpurii şi foloseşte metafore care puteau foarte bine sa stârnească confuzie în mintea neiniţiaţilor. De exemplu, dimensiunile fizice ale lui Dumnezeu sunt estimate la

256.000 parasangi - aproximativ 960.000-km. Asta i-a revoltat la culme pe cititorii raționali, dar, de fapt, era o referire la o interpretare cabalistică tipică a unui verset din *Psalmi*.[23]

Adevăratul precept conținut în *Şi'ur komah* este în realitate foarte profund. Conform ideii prezentate la începutul acestei cărți și care susține că Creația este rezultatul Spargerii Vaselor, ne dăm seama că toate scânteile căzute în totalitatea lor reprezintă corpul lui Dumnezeu, ca să zicem așa. Dacă ar fi adunate laolaltă, s-ar uni în lumina Divinității. Astfel, întreaga Creație este corpul metaforic al lui Dumnezeu și fiecare persoană din această Creație întrupează potențialul de a returna scânteile de sacralitate la sursa lor originară.

Misticii iudaici spun: „Forma oamenilor corespunde formei mistice a Divinității... În corpul uman totul - fiecare din cele 248 de mădulare și 365 de tendoane și mușchi - corespunde unei lumini divine superioare, fiind așezate în forma de alcătuire fundamentală a celei mai înalte manifestări a lui Dumnezeu. Obligația oamenilor este să aducă forma noastră adevărată la perfecțiunea spirituală, să dezvolte imaginea divină din lăuntrul nostru. Aceasta se realizează prin respectarea celor 248 de porunci pozitive și 365 de porunci negative cuprinse în *Tora, fiecare dintre acestea fiind legată de unul din organele din corpul uman* și, prin urmare, una din acele lumini divine".[24]

În cultul iudaic sunt mii de legi și porunci. S-au făcut încercări de a stabili care sunt cele 613 (248 plus 365) din *Tora*, dar listele alcătuite diferă foarte mult, unele incluzând un procent semnificativ de legi legate numai de activitățile preoților în Templu. Din perspectiva mistică, numărul 613 reprezintă categorii arhetipale în care pot fi organizate legile. Este o metaforă privind organizarea universului, acesta fiind ipotetic echivalat cu corpul lui Dumnezeu. În limbajul *Zoharului* ni se spune că 613 organe sunt cele care ne oferă cunoașterea sufletului nostru. În termeni simpli, sensul acestei teze este că orice facem în viață este mijlocul esențial ce ne permite să aruncăm o privire asupra unei părți a sufletului, iar

unele fapte ne permit să privim mai în profunzime decât altele. Singura cale de a ne conecta cu sufletul însă este cunoaşterea adâncă. Blândeţea, ca şi mânia noastră, compasiunea ca şi teama sunt nişte profesori minunaţi, dacă putem vedea scânteile ascunse în ele.

Secretul constă în a învăţa să observăm îndeaproape cum şi când se dezvăluie trăsăturile noastre personale fundamentale. Când suntem capabili să vedem cum acestea ne afectează pe noi şi pe cei din jurul nostru, dobândim cunoaştere. Prin această cunoaştere profundă ne deschidem căi noi de înţelegere. Constatăm că toate ciudăţeniile, obiceiurile, comportamentele noastre, ca şi formarea şi evoluţia caracteristicilor individuale ce definesc personalitatea noastră formează un tipar, ca modelul din desenul unei perdele. Când aruncăm o lumina asupra acestui tipar observându-l, putem depista aspecte ale propriului nostru suflet. La o cercetare atentă, tiparul ne arată ce este sufletul şi ce trebuie el să facă. Prin intermediul acestui proces, potrivit Cabalei, se relevă, lăsându-se cunoscută sursa vieţii.

Din această perspectivă, reîncarnarea are un vast potenţial. Nu este atât o pedeapsă pentru păcate, cât o şansă de a înălţa scânteile rămase neizbăvite dintr-o rădăcină de suflet. Aşa cum se afirmă în *Tikunei Zohar*: „Dacă există fie şi un singur organ în care Sfântul Binecuvântat nu sălăşuieşte, atunci persoana va fi adusă din nou pe lume prin reîncarnare din cauza acestui organ, până când este perfecţionată în toate părţile ei componente, astfel încât toate să fie după chipul şi asemănarea perfectă a celui Sfânt şi Binecuvântat."[25]

Meditaţie de izbăvire a celor morţi

De mii de ani oamenii comunică cu cei morţi în vis. Prin crearea voită a unei stări de conştiinţă modificată care simulează visul, cabaliştii pot pătrunde în tărâmuri necunoscute. Procesul se bazează pe principiul cabalist că

imaginaţia noastră este conectată la realităţi superioare. Astăzi numim această metodă „vis în stare de veghe".

Pentru a lua legătura cu cei dragi care nu mai sunt printre noi putem recurge la aceeaşi metodă pe care o utilizau înţelepţii. Putem să ne întâlnim cu oricine - nu este absolut necesar sa fie un părinte şi nici măcar o rudă. Dar trebuie să fie o persoană pe care am cunoscut-o bine când era în viată. Acest exerciţiu este recomandat a se face în special de Iom Kipur, în timpul rugăciunii de Izkor (comemorare), când ne aducem în minte memoria părinţilor noştri.

La început, unele persoane s-ar putea să fie sceptice în privinţa exerciţiului ce urmează, inhibate de cenzorul lor lăuntric, care le spune că inventează acest contact cu ajutorul imaginaţiei. La urma urmei, avem convingeri foarte bine înrădăcinate cu privire la moarte. Dacă această voce este puternică în lăuntrul dumneavoastră, lăsaţi-o să spună ce are de spus. Totuşi, „prefaceţi-vă" că lucrurile se întâmplă într-adevăr.

Nu începeţi practicarea exerciţiului contactând o persoană care v-a produs ultragii serioase sau v-a ofensat. După un oarecare timp veţi putea opta să lucraţi şi cu o astfel de persoană, dar, de început, începeţi cu cineva faţă de care aveţi sentimente de afecţiune sau neutre.

1. Găsiţi un loc liniştit şi ferit, în care nu veţi fi deranjat timp de aproximativ treizeci de minute. Aşezaţi-vă într-o poziţie confortabilă, închideţi ochii şi observaţi cu atenţie senzaţiile dumneavoastră corporale.

2. După câteva minute de relaxare, permiteţi accesul în mintea dumneavoastră a imaginilor celor dragi. Observaţi ce simţiţi când apar aceste imagini.

3. Alegeţi numai imaginea unei singure persoane pentru exerciţiu şi menţineţi-o în minte. Încercaţi să comunicaţi telepatic cu ea sau chiar folosindu-vă de o voce imaginară din interiorul minţii dumneavoastră. Întrebaţi imaginea orice doriţi. Printre întrebările posibile pot fi următoarele:

a. Cum este acolo unde te afli?

b. Cum a fost când ai murit prima dată?

c. Ai vizitat în vis vreo persoană care este în viață?

4. Acum întrebați imaginea: „Spune-mi ce lucruri consideri că ai făcut bine în timpul vieții. Care anume sunt faptele de care ești mândru că le-ai făcut?"(Lăsați imaginea să vă răspundă).

5. Apoi întrebați-o: „Ce lucruri consideri că nu ai făcut prea bine în timpul vieții? Pentru care dintre ele îți pare cel mai rău?" (Lăsați imaginea să vorbească. În acest punct s-ar putea să vă pomeniți că vă cuprinde tristețea. Încercați să păstrați legătura cât de bine puteți.)

6. Pe urmă, întrebați-o: „Dacă ar fi să alegi un singur lucru de care îți pare cel mai rău, care ar fi acela? Dacă ai putea sa-ți iei viața de la început, care ar fi cel mai important lucru pe care l-ai schimba?"

7. Acum, lăsați imaginea persoanei să se estompeze, retrăgându-se către fundal. Încercați să vă amintiți de o situație, o întâmplare petrecută aievea, în care persoana a fost implicată pe când era în viață. Dorința dumneavoastră este de a vă aduce în închipuire această întâmplare *ca și cum persoana decedată și-ar trăi viața din nou. Îndatorirea dumneavoastră este să vă reamintiți evenimentul petrecându-se cum ar fi dorit persoana respectivă, astfel încât să nu mai nutrească păreri de rău.*

Revedeți întâmplarea în forma ei ceva mai perfectă. Reluați-o de câteva ori în această nouă formă timp de câteva minute.

8. Abandonați evenimentul și invitați din nou în prim plan imaginea persoanei. Observați ce simțiți. Întrebați-o: „Acesta este felul în care ai dori să rămâi în amintire?" Dacă spune ca da, exprimați-vă asentimentul în a încerca să consolidați aceste amintiri. Dacă spune că nu, aflați cum ar dori să fie și imaginați evenimentul în acest fel data următoare.

9. Promiteți-i că veți reveni și întrebați-o dacă și ea va veni din nou. Sperăm că va fi de acord. Luați-vă rămas bun

pentru moment şi îmbrăţişaţi-o, dacă puteţi. Respiraţi de câteva ori adânc şi deschideţi ochii.

Când aţi identificat o particularitate specială asupra căreia să lucraţi în favoarea unei persoane decedate, meditaţi cu regularitate despre persoană, imaginându-vă întotdeauna situaţiile într-o manieră care să idealizeze modul în care s-ar fi comportat aceasta, dacă i s-ar fi oferit şansa să retrăiască evenimentul. Curând, sentimentele dumneavoastră faţă de persoana respectivă vor începe să se schimbe şi să devină mai îngăduitoare, iar acest lucru tămăduieşte şi contribuie la izbăvirea celor morţi.

Cheia reuşitei acestui exerciţiu este reformularea şi amendarea amintirilor noastre. Dacă vrem cu tot dinadinsul să ne menţinem vechile amintiri dureroase pentru că aşa s-au întâmplat lucrurile, rămânem blocaţi atât noi, cât şi persoana cu care lucrăm. Dacă însă ne putem folosi imaginaţia pentru a recrea amintirile, ne eliberăm şi prin aceasta emitem scântei de sacralitate pentru sufletele celor morţi.

Practica nu este una de negare, ci una de iertare şi regenerare. Toată lumea intră în această lume cu un suflet pur. Suntem însă imuabil legaţi de destinul nostru, de munca pe care o facem, de punctele noastre forte şi de slăbiciunile noastre. Deseori încurcăm lucrurile la un nivel sau altul. Aşa cum sperăm fiecare că vom fi iertaţi, trebuie să găsim, la rândul nostru, o modalitate de a-i ierta pe alţii. De fiecare dată când putem face asta, universul se înalţă cu încă o treaptă în starea sa de conştiinţă.

A MURI ŞI MOARTEA

Reb Shlomo Carlebach obişnuia să relateze minunate povestiri hasidice. Începea întotdeauna cu ceva de genul: „Sfinţi fraţi şi sfinte surori, ascultaţi cu atenţie în timp ce vă povestesc cea mai sfântă dintre sfinte... cea mai adâncă, *mamaş* (cu adevărat!), cea mai profundă dintre cele mai profunde istorii." Îşi dădea ochii peste cap şi clipea des din pleoape, pătrunzând tărâmurile cereşti.

Într-un weekend de Şabat dintr-o iarnă de la sfârşitul anilor '80, Shoshana şi cu mine am vizitat Moshav Modi'in, o localitate, aflată între Tel Aviv şi Ierusalim, unde locuiau mulţi discipoli ai lui reb Shlomo. Ştiam că rebe urma să fie şi doream să petrecem tot Şabatul cu el.

La sfârşitul slujbei de vineri seara - ce a constat din aproape nouăzeci de minute de strigăte, aplauze şi tropăituri - toţi participanţii au mers în sala de mese unde s-a servit o masă tradiţională de Şabat. La mesele lungi erau aşezaţi aproape două sute de musafiri şi mereu, pe tot parcursul mesei, cineva începea să cânte în mod spontan un *nigun*. Ceilalţi băteau cu palmele în masă, astfel că tacâmurile şi farfuriile zăngăneau în ritmul acestui acompaniament.

Nigunul se termina, profitam de câteva minute să luăm o înghiţitură de pui şi chighel şi începea un alt *nigun*. Când s-a servit desertul, reb Shlomo a istorisit una din povestirile sale.

În acea seară, ne-a oferit o parabolă despre rugăciunea de *kadiş* spusă de cei îndoliaţi. Această rugăciune este una din cele mai vestite părţi ale liturghiei iudaice, cuvintele sale de început fiind cunoscute atât de evrei, cât şi de neevrei. Ele sunt intonate la înmormântari, la comemorări ale Holocaustului, la *iarţait* (pomeniri ale morţilor), servicii religioase în memoria eroilor naţionali şi la alte evenimente triste: „*Itgadal v'itkadaş ş'mai rabah*" (Fie marele Său Nume înălţat şi sfinţit...)

Când ne moare o rudă de gradul întâi, recităm *kadişul* îndoliaţilor timp de unsprezece luni, bazat pe credinţa că sufletului îi sunt necesare douăsprezece luni să treacă de la un nivel la altul. *Kadiş* este considerat un mijloc de a-l ajuta pe cel drag în tranziţia către tărâmuri mai înalte. Cea de a douăsprezecea lună se omite datorită presupunerii că persoana decedată devine destul de merituoasă până în acel moment pentru a împlini singură perioada de izbăvire. Recitirea *kadişului* în aceasta ultimă lună ar implica faptul că persoana nu este destul de virtuoasă, fapt care ar fi nelalocul lui:

Reb Shlomo a început povestirea sa:

- Dragi prieteni, ştiaţi că în timpurile din vechime dacă cineva era dator cu chiria pe casă, proprietarul putea să aplice personal legea? Putea lua mobila chiriaşului s-o vândă, putea băga oamenii la închisoare; putea chiar, Doamne fereşte, să-i ia pe oameni şi să-i vândă ca sclavi.

Asta s-a întâmplat acum o sută cinzeci de ani în casa unui sărman *şleper* şi a soţiei sale, Feighelah. Rămăseseră în urmă cu multe luni la plata chiriei. Într-o zi, după ce Feigelah a plecat la piaţă, proprietarul a venit acasă la ei însoţit de poliţie şi i-a ridicat pe soţ şi pe cei opt copii. Când Feigelah s-a întors de la piaţă, vecinii i-au spus ce se întâmplase.

Aşa că ea s-a dus la proprietar pentru a-şi căuta soţul şi copiii. Proprietarul i-a spus că intenţiona să-i vândă ca sclavi pentru a-şi recupera banii datoraţi pentru chirie. Feigelah l-a implorat să nu facă asta. A stăruit iar proprietarul s-a gândit bine şi şi-a dat seama că era posibil să capete dublul sumei pe care ar fi obţinut-o din vânzare pe piaţa de sclavi. Era o sumă nerușinat de mare, dar nu avea nimic de pierdut. Aşa că, în cele din urmă, a fost de acord să-i elibereze prin răscumpărare. A cerut o sută de ruble pentru chiria restantă şi nouă mii nouă sute de ruble pentru deranjul său. I-a spus lui Feigelah că aceşti bani sunt necesari pentru a mitui poliţia şi oficialităţile ca aceştia să-i elibereze bărbatul şi pe cei opt copii.

Femeia s-a uitat la el lung, nevenindu-i să creadă. Zece mii de ruble! Pentru ea era dificil să facă rost şi de o sută. Dar zece mii era o avere şi depăşea toate posibilităţile.

A plecat din casa proprietarului, mergând încet de-a lungul drumeagului de pământ care ducea la casa ei. Ce era de făcut? A băgat mâna în buzunar şi a scos toţi banii pe care-i avea: trei ruble. Asta era tot. Trei ruble. Nu mai avea nimic ce ar fi putut vinde. În timp, vânduse tot din casă pentru a-şi putea hrăni copiii. I se părea că totul era pierdut.

La acest punct din povestire, Shlomo şi-a închis ochii şi a început să se legene înainte şi înapoi.

- Şi acum, dragi şi buni prieteni, ascultaţi cu atenţie - a spus el cu o voce cântată. Vă voi spune cc i s-a întâmplat acestei sfinte femei. Ascultaţi cu atenţie, dar nu cu urechile. Ascultaţi cu inima - adânc, adânc, în centrul inimii. Din adâncul cel mai adânc, ascultaţi, ascultaţi...

Femeia mergea aşa pe drum, când, deodată, i-a apărut în minte un gând. Acest gând i-a spus: „Feigelah, dacă moare soţul tău, cine va recita *kadiş* pentru el? Cine va şti când moare?"

Acest gând a îngrozit-o. Aşa că, a găsit un evreu sărman pe drum, i-a dat o rublă şi i-a spus: „Te rog, recită kadişul îndoliaţilor pentru soţul meu." I-a spus cerşetorului numele soţului ei şi a plecat mai departe.

Dar, în timp ce mergea... - Shlomo a început din nou să intoneze cuvintele ca-ntr-un cântec. Ori de câte ori făcea acest lucru, ceva extraordinar, ceva profund mistic urma să se întâmple în povestirea sa. Aşa că, ne-am aplecat înainte pentru a asculta cu şi mai multă atenţie.

- În timp ce mergea - a repetat el - un alt gând i-a răsărit în minte şi i-a spus: „Feigelah, ce se întâmplă cu toţi oamenii care mor şi nimeni nu recită *kadiş* pentru ei?"

Shlomo a început să cânte un *nigun*, repetând întrebarea, până când cei din încăperea aceea supraaglomerată murmurau în cor melodia: „Ce se întâmplă cu oamenii care mor şi nimeni nu recită pentru ei *kadiş*"? Curând eram cu toţii

hipnotizaţi de această mantra. În timp ce Shlomo cânta, am simţit o înduioşare generală; toţi cei prezenţi ne gândeam la proprii noştri părinţi, bunici sau alte rude care au plecat dintre noi în alte tărâmuri şi pentru care nu s-a spus *kadiş*. Si câţi alţi oameni, pe care nu i-am cunoscut, n-au murit singuri, fără familie care să le trimită rugăciuni? M-am gândit la cei dispăruţi în timpul Holocaustului, familii întregi din care n-a rămas nimeni în viaţă pentru a putea recita *kadiş* pentru ei. Reb Shlomo putea să-şi oprească aici povestirea pentru că lacrimile începuseră deja să curgă. Dar el a continuat.

- Aşa că Feigelah s-a întors în fugă la cerşetorul pe care-l rugase să recite *kadiş* pentru soţul ei, i-a mai dat o rublă şi i-a spus: „Domnule dragă, te rog să reciţi *kadiş* pentru toate sufletele pentru care nu s-a spus niciodată vreo rugăciune. Te rog să reciţi *kadiş* pentru a le ajuta în trecerea lor prin tărâmurile cereşti".

Feigelah a plecat de lângă cerşetor adânc mişcată. Dar de-abia făcuse câţiva paşi, când un alt gând i-a răsărit în minte. S-a întors la sărmanul *idin* ce stătea acolo cu cele două ruble în mână şi i-a dat-o şi pe a treia, cea din urmă pe care o avea, ultimul lucru pe care-l avea, şi i-a spus: „Domnule dragă, când reciţi *kadiş* pentru toate aceste suflete pierdute, te rog să o faci din toată inima şi într-adevăr cu toată fervoarea, să te rogi fierbinte, fără nici o reţinere."

Următoarele ore Feigelah a stat în câmpul aflat nu departe de locul unde era cerşetorul. Când soarele a apus, l-a auzit rugându-se. *Oi*, şi cum se mai ruga! Se ruga cu inima frântă, implorând din toate puterile sale, din adâncul durerii sale. Feigelah şi-a simţit faţa scăldată în lacrimi în timp ce era purtată către tărâmurile cereşti într-un car de foc. Rugăciunile acelui om au sfărâmat porţile cereşti şi au eliberat un adevărat torent de suflete care aşteptau de mult timp să fie izbăvite. Apoi, rugăciunea s-a încheiat.

Prieteni, ce viziune a avut ea! A luat-o pe drumul spre casă şi, cumva, pasul îi era mai uşor. În timp ce mergea, pe drum a apărut o caleaşcă strălucitoare, trasă de patru cai. Era

ceva neobişnuit; nu mai văzuse o asemenea caleaşcă niciodată. Caleaşca s-a oprit lângă ea, iar bărbatul bine îmbrăcat dinăuntru a întrebat în ce direcţie putea să o ia ca să ajungă nu ştiu unde. Apoi, străinul a făcut ceva cu totul neobişnuit şi s-a oferit s-o ducă pe Feigelah cu caleaşca.

Femeia nu ştia ce să facă. Nu mersese niciodată până atunci într-o astfel de caleaşcă. La început a refuzat, dar bărbatul a insistat. Convingându-se că oferta este sinceră, a acceptat. La urma urmei, fusese o zi grea pentru ea şi era obosită. Cei doi s-au angajat curând într-o conversaţie animată.

Străinul i-a pus multe întrebări. Încet-încet a aflat de la ea întreaga tărăşenie cu soţul, copiii, proprietarul şi cele zece mii de ruble. Când au ajuns la casa lui Feigelah şi aceasta a coborât, bărbatul a făcut ceva nemaipomenit. A scos carnetul de cecuri şi a completat un cec pe numele ei pentru întreaga sumă de zece mii de ruble.

Femeia era uluită. Zece mii de ruble. A doua zi a alergat la bancă. Când i-a dat cecul funcţionarului de la ghişeu, acesta s-a uitat la ea într-un chip ciudat şi i-a spus să aştepte câteva momente. Feigelah a fost cuprinsă de panică. Poate că cecul nu era bun. Poate că omul din caleaşcă făcuse o glumă proastă şi, de fapt, nu erau bani în bancă. A aşteptat, devenind cu fiecare clipă tot mai neliniştită.

Funcţionarul a venit înapoi însoţit de şeful lui, care a măsurat-o pe Feigelah din cap până-n picioare. Apoi, a luat-o de braţ, conducând-o către cabinetul preşedintelui băncii. Era o încăpere mare iar bărbatul aşezat la birou s-a uitat încruntat la ea. „De unde ai tu acest cec?", a întrebat-o. Femeia i-a relatat toată întâmplarea. Bărbatul de la birou a indicat atunci zecile de portrete de pe pereţii încăperii şi a întrebat: „Recunoşti pe vreunul dintre aceşti domni?"

Felgelah a recunoscut imediat în portretul din spatele biroului pe omul din caleaşcă. Când a spus asta, preşedintele băncii s-a făcut alb ca varul la faţă. Vedeţi voi, cecul pe care-l ţinea în mână era semnat de propriul său tată. Iar tabloul din spatele lui era portretul tatălui său, care murise cu cinci ani în

urmă. Iar preşedintele băncii, singurul copil la părinţi, nu spusese niciodată *kadiş* pentru tatăl său.

Semnalând finalul povestirii, Shlomo a început să cânte o serie de *nigunim*. Am privit în jurul meu şi am văzut potop de lacrimi. Oare câte *kadişuri* nerostite erau reprezentate în acea încăpere?

PRECEPTELE PRIVIND MOARTEA

Moartea îi fascinează pe oameni. Vrem să ştim cât mai multe despre ea. Nu vrem să credem că moartea înseamnă sfârşitul, aşa că cercetăm precepte de înţelepciune vechi de mii de ani pentru a descoperi un reper. Aproape toate tradiţiile susţin că moartea nu este un final, ci doar o tranziţie. Este curios că doctrinele converg asupra acestui subiect. În pofida unei mari varietăţi de interpretări în ceea ce priveşte ce anume se petrece, cum se petrece sau unde se petrece, concluzia este aceeaşi: moartea este o poartă către alte realităţi.

Nu ştim care parte din noi este luată de moarte şi nici măcar dacă trebuie să ne identificăm cu această parte care este luată. Nu putem spune că este ceva ce aşteptăm cu plăcere şi nerăbdare să se întâmple. Totuşi, tradiţiile mistice din întreaga istorie a omenirii afirmă că realitatea, aşa cum o cunoaştem, este doar o picătură dintr-o mare de posibilităţi.

În *Talmud*, rabi Iacob spune: „Lumea aceasta este ca o antecameră a lumii ce va să vină. Pregătiţi-vă în această antecameră în aşa fel încât să puteţi intra în sala ospăţului".[26] Întrebarea care se pune este: cum de ştia rabi Iacob despre lumea ce va să vină? De unde provin informaţiile budiştilor despre *bardos* sau ale hinduşilor despre lumile astrale? Cum şi-au dobândit indigenii din America cunoaşterea asupra puterii medicinii sau triburile de aborigeni despre zeii-spirite? De ce consacrau egiptenii antici atât de mult din viaţa lor cultului morţii?

Este vorba oare de o conspiraţie internaţională transculturală, care a inoculat în mod premeditat ideea în conştiinţa umanităţii pentru a ne induce să credem că viaţa ce-o trăim nu este fără sens? *Vrem* noi oare atât de mult să credem în astfel de idei încât ne agăţăm de orice fir de pai ne iese în cale? Poate.

Sau poate că este vorba de un mesaj universal care este încorporat în codul nostru genetic şi şi care declanşează un anumit resort atunci când conştiinţa omenească accede la anumite niveluri. Cei care au putut ajunge la acest nivel spun că este un ocean de aromă mistică. Are un anume parfum, o atmosferă înmiresmtă specială, care alertează sufletul.

Şoapta unei experienţe mistice este uşor recognoscibilă. Limbajul ei este dulce şi plăcut, învăluitor, cuceritor şi impregnat de iubire. Iată ce spun misticii:

„Dintr-o dată corpul meu fizic şi-a pierdut volumul şi a fost metamorfozat într-o structură astrală. Am simţit o senzaţie de plutire. Mi-am privit braţele şi le-am mişcat înainte şi înapoi, dar nu le mai simţeam greutatea. M-a învăluit o bucurie extatică... Mi s-a adâncit înţelegerea că esenţa tuturor lucrurilor este lumina."[27]

„Eram... indisolubil una cu natura. Adânc în lăuntrul sufletului, departe de orice suferinţă, nelinişte şi deranj al vieţii, într-o vastă şi măreaţă tăcere, un ocean de calm pe care nimic nu-l poate tulbura".[28]

„Eram ca vrăjit, copleşit de extaz, şi fiecare simţ al meu era înzestrat cu înţelegere".[29]

„Ce vorbe sunt astea? Cum ar putea muri vreodată ceea ce iubim? Ar fi absurd să mori în apa dătătoare de viaţă!"[30]

„Am fost cuprins de un tremur puternic şi nu-mi puteam aduna puterile; mi s-a ridicat părul în cap... şi, iată! ceva ce se asemăna cu vorbirea a apărut din inima mea şi mi-a urcat pe buze... Am spus: «Acesta este într-adevăr spiritul înţelepciunii!»"[31]

„Când un îndrumător spiritual celebru era pe punctul de a muri, s-a aşezat în poziţia de lotus şi le-a spus celor din jurul lui: «Nu vă lăsaţi induşi în eroare! Uitaţi-vă drept [la ceea ce tocmai se întâmplă]. Ce este asta?» A repetat de mai multe ori aceste cuvinte, astfel ca ei să fie foarte atenţi şi, apoi, a murit liniştit".[32]

Trebuie să mai precizăm că aceste afirmaţii aparţin musulmanilor, creştinilor, hinduşilor ori evreilor? De fapt, citatele de mai sus îi reprezintă pe misticii din toate aceste tradiţii, dar ce importanţă are? Important este caracterul similar, unanim, al trăirilor; realitatea fără de moarte este o experienţă esenţială consemnată de toate tradiţiile.

EXPERIENŢE DE SEMIMOARTE SAU MOARTE APARENTĂ

Zoharul povesteşte despre rabi Jesse care s-a dus să-l viziteze pe un vecin sărman care era bolnav. Pe când stătea lângă patul de suferinţă al acestuia, a auzit o voce [cerească], care spunea: „Roată, roată [a destinului], a venit la mine un suflet înainte de sorocul său. Vai şi amar de acei vecini ai săi din oraş care n-au făcut nimic să-l ajute".[33] Rabi şi-a dat seama că vocea aceea din cer îl prevenea că oraşul va avea mult de pătimit, dacă vecinul lui murea fără ca nimănui să-i pese. A adus repede o plantă medicinală specială şi i-a făcut o băutură mistică, pentru că ştia că trebuie să intervină în soarta acestui om. Licoarea l-a făcut pe bolnav să asude foarte tare şi, în mod miraculos, acesta s-a înzdrăvenit.[34]

Mai târziu, omul i-a spus salvatorului său: „Rabi, sufletul meu mi-a părăsit într-adevăr trupul şi am fost dus înaintea tronului Regelui Sfânt. Aş fi rămas acolo pentru totdeauna, dar Dumnezeu a vrut să dobândeşti meritul de a mă fi salvat."[35]

În ziua de azi, medicina modernă îşi are propriile licori magice şi-i poate readuce pe oameni înapoi de la porţile morţii

mai frecvent ca oricând de-a lungul istoriei. Sunt cu miile cei care s-au întors din zona crepusculară a altor realităţi şi pot povesti ce au văzut. Ei vorbesc ca misticii, cu uimire evlavioasă, fiind total transformaţi şi plini de iubire.

De mulţi ani, cercetătorii ce studiază fenomenul morţii consemnează relatările şi datele ştiinţifice privind experienţele de părăsire a trupului şi de moarte aparentă. Multe dintre acestea sunt unice şi fără seamăn, dar remarcabil este faptul ca au puncte comune. Cei ce au avut astfel de experienţe povestesc adesea că au văzut lumini strălucitoare, că au avut un sentiment de abandon, de tihnă şi linişte, că au fost întâmpinaţi de rude care nu mai sunt printre noi, iar mulţi spun că au simţit şi o imensă uşurare, că povara vieţii a fost, în sfârşit, luată de pe umerii lor.

Este important să precizăm totuşi faptul că experienţa morţii nu este întotdeauna ceva minunat. Pentru mulţi procesul de trecere în moarte este extrem de dificil. Unii mor în dureri şi suferinţe fizice mari, ca şi într-o stare de extraordinar chin sufletesc şi epuizare psihică. În pofida relatărilor misticilor despre minunatele lucruri care ne aşteaptă de cealaltă parte, trebuie mai întâi să trecem prin procesul de a muri.

Talmudul afirmă ca sunt 903 tipuri de moarte, de la cea mai uşoară - asemenea unui sărut - până la cea mai grea - care s-ar putea asemăna cu operaţiunea de extragere a unui spin din lână de-a-ndăratelea.[36] Cum este şi uşor de imaginat, înţelepţii iudaici au avut multe dezbateri pe tema morţii. Cuvintele" mort", „moarte" şi „murind" sunt menţionate de peste cinci mii de ori în *Talmud.*

ÎNGERUL MORŢII

Îngerul Morţii este un mesager al lui Dumnezeu. A fost deseori asociat cu întunecatul înger Samael, care-l reprezintă pe Satan, dar acţionează numai conform instrucţiunilor şi cu aprobarea lui Dumnezeu.

În multe povestiri este descrisă lupta dintre Îngerul Morții și oameni. Îngerul trebuie uneori să recurgă la înșelăciune pentru a-i birui pentru că nu este atât de puternic. Iar, câteodată, Moartea este învinsă.

Regele David l-a întrebat odată pe Dumnezeu când avea să moară, iar Dumnezeu i-a răspuns că nici un om nu va ști niciodată dinainte când îi va sosi sorocul.[37] Dar, din cauză că era merituos, David a reușit să afle totuși că va muri într-o zi de Șabat, la vârsta de șaptezeci de ani.

Așa că, își petrecea fiecare Șabat studiind în exclusivitate *Tora*, pentru că se spune că Îngerul Morții nu are nici o putere asupra cuiva care îndeplinește una din cele zece porunci. De un Șabat, în care era totodată și sărbătoarea de Șavuot, David a auzit un sunet straniu dar fermecător venind din grădină. S-a dus să vadă ce anume emitea acel sunet, dar treptele care duceau spre grădină s-au prăbușit, ucigându-l. Îngerul Morții fusese cel care producea acel sunet atât de incitant. David a uitat că Moartea era aproape.[38] Îngerul Morții are multe trucuri în repertoriul său.

Pe de altă parte, când înțeleptul rabi Iosua ben Levi trăgea să moară, Îngerul Morții a fost instruit să-i îndeplinească o dorință. Învățatul i-a cerut Morții să-i arate cum sunt locurile unde urma să meargă, ceea ce îngerul a fost de acord să facă. Dar înainte de a pleca, rabi Iosua i-a spus: „Dă-mi pumnalul tău [pe care-l folosești pentru a ucide oameni] ca să nu-mi fie frică de tine pe drum". Așa l-a făcut rabi Iosua pe Îngerul Morții să-i dea instrumentul aducător de moarte.[39]

Când au ajuns la Paradis, rabi Iosua a sărit zidul, intrând astfel înăuntru fără ca mai întâi să fi murit! Îngerul Morții a avut timp să apuce un colț din veșmântul lui, dar rabi Iosua s-a jurat că nu se mai întoarce la viața lui pământească (doar ca să-și aștepte moartea).

A fost nevoie să intervină Dumnezeu, care a spus că legământul lui rabi Iosua de a nu se reîntoarce la viață poate fi valabil numai dacă în întreaga sa viață acesta nu a făcut vreun

legământ ce a trebuit anulat. Acest lucru este aproape imposibil, pentru că, cu toţii obişnuim să facem legăminte ocazionale, ca, de exemplu, atunci când ne promitem că vom face un lucru pe care însă nu-l facem niciodată sau, din contră, ne jurăm că nu vom mai face vreodată ceva şi apoi tot o facem. Acesta este motivul pentru care evreii spun rugăciunea Kol Nidre de Iom Kipur, ca legămintele neintenţionate şi angajamentele neîmplinite să nu se constituie în păcate care să încline balanţa în defavoarea lor.

Dar, în toată viaţa lui, rabi Iosua nu spusese şi nu gândise ceva pe care să nu-l şi îndeplinească. Aşa că, legământul său de a nu se mai întoarce la viaţă i-a fost împlinit.

Îngerul Morţii l-a implorat: „Trebuie să-mi dai înapoi pumnalul!", pentru că dacă nu-l avea, însemna că nu mai murea nimeni de atunci încolo. Rabi Iosua a refuzat însă să înapoieze instrumentul aducător de moarte. Era o situaţie fără ieşire şi întregul univers şi-a ţinut respiraţia.

În cele din urmă, o *bat kol* (o voce cerească) a spus pe un ton tunător: „Înapoiază-i-l pentru că este necesar pentru muritori!" Astfel, Moartea a fost restabilită. Cum ar fi arătat universul dacă muritorii încetau să mai moară? După această întâmplare, Îngerul Morţii nu a mai putut fi niciodată păcălit să dea altcuiva pumnalul său, deşi un alt înţelept a încercat şi el aceeaşi manevră.[40]

Astfel, rabi Iosua a păcălit moartea şi a intrat în Paradis fără să moară. Se spune că alţi zece înţelepţi au intrat şi ei în Paradis fiind „în viaţă". Cei mai cunoscuţi sunt Ilie, profetul; Hanoch, tatăl lui Methuselah; Sera, fiica lui Ager; şi Bithiah, fiica Faraonului (care a fost astfel răsplătită pentru că l-a salvat pe Moise).[41]

Cabala mai adaugă o dimensiune morţii, susţinând că nu este o structură de monolit, ci are mai multe niveluri. Se afirmă că îngerul Morţii este protejat şi „condus, dominat" de Umbra Morţii. Deşi au energii diferite, sunt parteneri inseparabili. Folosesc căi de acces diferite în tărâmul morţii pentru că există „porţi ale morţii" şi „porţi ale umbrei morţii".

Se spune chiar că există nenumărate pasaje secrete ce duc la moarte, dar „ascunse oamenilor, care nu au cunoştinţă de ele".[42]

Moartea este, prin urmare, ceva mult mai complex decât un tărâm al celor ce au murit. Procesul efectiv de trecere în moarte, tranziţia, perioada imediată de după moarte şi întregul an ce urmează morţii cuiva au calităţi unice. Pe tot parcursul, cei rămaşi în viaţă îi pot ajuta pe cei ce mor sau care au intrat în tărâmul morţii, oferindu-le sprijin şi susţinere, ori intervenind în favoarea lor. Mulţi oameni se simt neputincioşi în faţa morţii, dar adevărul este că, înţelegând multiplele faţete ale morţii şi ale trecerii în moarte, ne dăm seama că putem face foarte mult.

MOARTEA ÎNŢELEPŢILOR

Talmudul menţionează o serie de cazuri, în care, după ce au murit, înţelepţii se arată în visele altora pentru a-şi descrie experienţa morţii. Într-una din aceste povestiri, Rava îl veghea pe prietenul său, rabi Nahman, care era pe moarte. Nahman l-a rugat pe Rava să intervină pe lângă Îngerul Morţii, folosindu-se de influenţa sa, pentru ca Moartea să nu-l chinuie. Rava a fost surprins şi l-a întrebat pe Nahman de ce nu-i adresează personal cererea Îngerului Morţii, pentru că Nahman era foarte respectat, având o reputaţie şi merite deosebite. Nahman i-a răspuns că atunci când Îngerul Morţii primeşte instrucţiuni să termine viaţa cuiva, persoana în cauză nu mai are nici o influenţă asupra sa.

Rava l-a rugat pe Nahman să se întoarcă, după ce moare, într-un vis pentru a-i descrie cum e să mori. Iar Nahman i s-a arătat într-adevăr într-un vis. „Ai simţit durere, ai suferit?" l-a întrebat. Rava. Nahman a răspuns: „[A muri a fost ca atunci când] scoţi un fir de păr ce a căzut în lapte". Dar a adăugat: „Dacă Prea Sfântul mi-ar spune să mă întorc în lume, aş preferea să n-o fac pentru că teama de moarte este prea

mare".[43] În pofida cunoaşterii sale profunde, Nahman nutrea încă o teamă adâncă faţă de posibilitatea unei morţi în chinuri.

Povestirea are multe învăţăminte. Oamenii merituoşi pot influenţa Îngerul Morţii, cu excepţia cazului când este vorba de propria lor moarte. Această influenţă poate fi folosită pentru a uşura suferinţele celor aflaţi în pragul morţii şi în mod obişnuit se obţine prin rugăciune, principalul instrument prin intermediul căruia se poate ajunge la îngeri şi la Moarte.

Povestirea arată clar că înţelepţii iudaici comunicau cu alte tărâmuri. Nahman i-a povestit lui Rava, de pe celălalt tărâm, că experienţa sa de moarte a fost foarte uşoară. Cu toate astea, teama de moarte depăşeşte cu mult experienţa morţii în sine, într-atât încât Nahman nu voia să se mai întoarcă pe pământ ca să treacă din nou prin ea, deşi pentru el fusese la fel de simplă ca scoaterea unui fir de păr căzut în lapte.

Într-o altă povestire talmudică, Rava, fiind el însuşi pe moarte, era vegheat de fratele său, rabi Se'orim. La fel ca în povestirea precedentă, Rava l-a rugat pe fratele său să-i spună Îngerului Morţii să nu-l chinuie. Fratele l-a întrebat: „Dar nu eşti bun prieten cu el?" Răspunsul lui Rava a fost: „De când *mazal* (viaţa) a mea a fost dată în mâinile lui, nu-mi mai dă nici o atenţie".

Şi în această povestire, rabi Se'orim l-a rugat pe fratele său să i se arate în vis, după ce moare, pentru a-i descrie cum este să mori. Rava a făcut asta. Întrebat dacă a suferit, a răspuns: „Atât cât ciupitura pe care o simţi când ţi se pun ventuze."[44]

Punerea ventuzelor este o metodă străveche de tratament constând din încălzirea unor cupe sferice de sticlă, care se pun apoi pe pielea unei persoane. Prin răcire, înăuntrul cupelor se formează vid, iar pielea este aspirată în interior. Se pare că procedeul extrage toxinele din organism prin piele. Chinezii folosesc această metodă şi în ziua de azi. Am avut şi eu parte de o asemenea experienţă. Senzaţia este neobişnuită, dar nu supărătoare. De fapt, scoaterea unui leucoplast de pe piele este cu mult mai neplăcută.

Astfel, înțelepții ne spun clar că experiența de a muri este absolut suportabilă, dar că posibilitățile de a fi chinuiți sunt nelimitate. Nu contează ce poziție am avut în viață, câte fapte bune am făcut, cât de pioasă a fost viața noastră, Îngerul Morții procedează după cum dorește el atunci când ia pe cineva să-l ducă pe celalalt tărâm. Dar dacă cineva are un susținător, o persoană care să intervină în favoarea lui, trecerea în moarte poate fi mult mai ușoară. Această informație este importantă pentru oricine are posibilitatea să ajute o persoană ce trece prin această tranziție.

De asemenea, se pare că înțelepții i-au rugat pe aceia dintre ei care mureau să se întoarcă după moarte pentru a descrie nu numai cum e să mori, ci și cum este în tărâmul morții. Cum am consemnat mai devreme, visele sunt, de obicei, mijlocul de comunicare dintre realități diferite.

Aproape toți oamenii au vise în care le apar rudele apropiate care au murit. Deseori, aceste vise sunt foarte clare și amănunțite. Uneori, le avem la scurt timp după moartea cuiva apropiat și pot reveni pe parcursul a luni sau ani întregi.

Învățații au deprins cum să lucreze cu visele, să se folosească de ele. Putem face același lucru. Când reușim să ne însușim această tehnică și devenim destul de versați, putem comunica în vis cu persoanele pe care le visăm în exact aceeași manieră descrisă în povestirile de mai sus. Putem să punem imaginilor din vis întrebări de genul: „Cum a fost moartea pentru tine?" sau „Cum este acolo unde te afli?"

SOMNUL ESTE ȘAIZECI LA SUTĂ MOARTE

Când suntem treji, sufletul plutește deasupra noastră. Dar când dormim, o parte a sufletului pleacă în tărâmurile superioare. Uneori, un înger îi dezvăluie acestui suflet călător evenimentele viitoare[45], dar alteori, nemeritând această revelație, sufletul cade în mâinile Laturii Celeilalte(răului),

care îi spune minciuni în privinţa viitorului. Persoanei nemerituoase i se înfăţişează astfel un vis fericit, dar fals, pentru a o îndepărta şi mai tare de calea adevărului.[46]

Talmudul afirmă că somnul este a şaizecea parte din moarte. În fiecare noapte, sufletele noastre participă la o acţiune magică de un intens dramatism. Ele se deplasează prin alte niveluri de realitate, fiind permanent acostate de diferite entităţi spirituale. Dacă sufletul poartă povara confuziei în care trăieşte corpul său pământesc, va fi îngreunat, copleşit de aceasta, devenind vulnerabil la puterea de seducţie a forţelor răului. Gradul în care este adevărată sau falsă imaginea obţinută asupra altor realităţi depinde de bagajul pe care-l poartă. Aşa cum spune *Zoharul*: „Sufletul omului depune mărturie noaptea despre ceea ce face persoana respectivă ziua."[47]

În pofida mărturiei sufletului nostru însă, lucrurile se judecă întotdeauna cu îngăduinţă. Astfel, cu excepţia celor mai virtuoşi oameni, toţi ceilalţi n-ar avea parte decât de vise false. „Dacă se consideră că sufletul merită să continue în starea în care se prezintă, i se permite să se întoarcă în lumea aceasta. În judecarea acestui lucru, faptele bune şi cele rele nu sunt evaluate în acelaşi fel. Nu se ţine seama de faptele rele pe care persoana este posibil să le facă în viitor. Dar în ceea ce priveşte faptele bune, sunt luate în considerare nu numai cele din trecut, făptuite deja, ci şi cele care urmează a fi făcute în viitor."[48]

Cântarul cu care se măsoară faptele noastre este deci înclinat în favoarea noastră. Tot ce este „bun" din trecut, prezent şi viitor se pune pe un taler; tot ce „nu este bun", dar numai din trecut şi prezent, se pune pe celălalt taler. Cum capacitatea noastră de a face fapte bune în viitor este imensă, cântarul se va înclina, evident, în favoarea noastră.

Cabala afirmă că visele nu sunt doar mesaje pentru, spirit, ci că sunt esenţialmente profetice. Dacă ştim să le interpretăm, aflăm ce urmează să se întâmple. De aceea, „o persoană nu trebuie să-şi povestească visul [la întâmplare] oricărui prieten ca nu cumva cel care-l află să nu producă o

întârziere a realizării acestuia."[49] Asta înseamnă că trebuie să fim atenţi să ne povestim visele numai oamenilor care sunt obiectivi şi deschişi. Un vis este ca un embrion gingaş care trebuie tratat şi mânuit cu multă delicateţe. Dacă-i înţelegem potenţialul şi-l creştem cu grijă, poate atinge dezvoltarea completă. Capacitatea de a prezice viitorul şi de a putea vedea alte tărâmuri ale realităţii există latent în noi toţi.

„Când cineva adoarme, sufletul lui se înalţă potrivit nivelului său. Prea Sfântul îi dezvăluie *neşamei* semne ale lucrurilor ce se vor petrece în lume în viitor... Sunt diferite categorii de vise, care ne comunică secrete ale viitorului. Cea mai de jos este visul ca atare, următoarea este categoria viziunilor, iar cea mai de sus este categoria profeţiei."[50]

Rabi Hiyah întreabă: „Se spune că un vis neinterpretat este ca un mesaj codificat. Înseamnă asta oare că visul se realizează şi fără ca cel care l-a visat să-şi dea seama de asta sau că visul rămâne nerealizat?" Rabi Simon răspunde: „Visul se realizează, dar fără ca cel care l-a visat să ştie asta. Pentru că nimic nu se întâmplă pe lume fără să fie mai întâi anunţat în cer, de unde anunţul este transmis în lume. Când existau profeţi, lucrurile viitoare erau anunţate prin ei; când n-au mai existat profeţi, această îndatorire a fost preluată de înţelepţi. După aceea, viitorul era dezvăluit în vise, iar, dacă nu existau vise, evenimentele viitoare erau anunţate de păsările din ceruri."[51]

Fie că ne dăm seama sau nu, trăim întâmplări care ne-au fost prevestite în visele noastre. Asta explică simţământul de dèjá-vu pe care-l avem câte o dată, neliniştea inexplicabilă care ne cuprinde când simţim că este pe cale să se întâmple ceva, faptul că „ştim" cine este la celălalt capăt al firului când sună telefonul, sentimentul de împlinire a destinului când ştim că un străin ne este menit şi are un rol important pentru viaţa noastră, straniul simţământ de tihnă şi confort în unele situaţii şi de disconfort şi potrivnicie în altele. Avem un număr nespus de mare de vise care şoptesc în conştientul şi subconştientul nostru mesaje de la Cel

Necunoscut, secrete dezvăluite de îngeri.[52] Dacă învățam limbajul viselor, dobândim acces la o lume lăuntrică unde sălășuiesc misterele universului.

CĂLĂTORII ALE SUFLETULUI ÎN NOAPTE

Baal Şem Tov era aşezat la o masă mare, înconjurat de discipolii săi. Unul dintre aceştia era Nahman din Horodenka, bunicul lui rebe Nahman din Braţlav.

Baal Şem Tov a vorbit despre multe lucruri pe când seara începea să devină noapte. Târziu, s-a oprit, a reflectat puţin şi brusc a spus:

- A venit timpul să vă dezvălui, discipolii mei credincioşi, taina adâncă a băii de purificare: *mikveh.*

A început să le vorbească despre semnificaţia faptului de a fi purificat în apă curgătoare şi despre cele patru râuri mistice ce curg din Grădina Edenului. Le-a vorbit pe larg despre rădăcinile de suflet conectate la oceanele universale. În timp ce vorbea, faţa a început să i se lumineze, până când toată încăperea s-a umplut de lumină. Apoi, într-un moment de extaz, maestrul şi-a lăsat capul pe spate şi a intrat în reverie, o tăcere fosforescentă.

Discipolii au rămas ţintuiţi locului, cuprinşi de un tremur de bucurie şi uimire reverenţioasă. Se uitau fix la învăţătorul lor. Îl mai văzuseră în stări de conştiinţă modificată, dar niciodată ca acum. Au aşteptat, dar nu s-a întâmplat nimic, în afară de faptul că Baal Şem Tov a continuat să strălucească, cu faţa în sus, capul legănându-i-se înainte şi înapoi. Au trecut zece minute, douăzeci. Unii dintre discipoli au închis ochi. Era târziu. Nahman din Horodenka era aşa de obosit, încât şi-a pus capul pe masă şi a adormit. Şi a avut un vis.

Se afla într-un oraş. Toată lumea de pe stradă mergea într-o singură direcţie. Se îndreptau către o clădire imensă. Nahman s-a dus şi el cu ei. În lăuntrul clădirii se aflau o

mulţime de oameni, înghesuiţi într-o sală enorm de mare. Cu toţii păstrau tăcerea, ascultând un eminent îndrumător spiritual care vorbea la celălalt capăt al sălii.

Acesta vorbea despre *mikveh*. A vorbit mult, dar după un timp, Nahman şi-a dat seama că aceste precepte erau diferite de cele ale sfântului Ari, rabi Isaac Luria, pe care se bazează mare parte din doctrina mistică. Şi într-adevăr, chiar vorbitorul a spus la un moment dat că tezele sale asupra acestui subiect erau în contradicţie cu cele ale lui Luria. Deodată, a intrat cineva pe uşa sălii. Publicul a fost cuprins de freamăt. Un om de un magnetism extraordinar a trecut prin mulţime. Cel care intrase în sală era Ari însuşi. A înaintat încet către podium, iar talazul de oameni ce se înghesuia în urma lui l-a purtat pe Nahman până în primele rânduri ale asistenţei.

Ajuns lângă podium, Nahman a fost copleşit. Aici l-a văzut pe învăţătorul său, pe Baal Şem Tov, care se dovedea a fi fost cel care le vorbise până atunci Acum, acesta se afla faţă în faţă cu Isaac Luria, care murise cu aproape două sute de ani în urmă. A început între ei o controversă nemaipomenită. Fiecare aducea în sprijinul părerii sale citate din *Zohar*, interpretându-le conform propriilor concepţii. Schimbul de replici era ca un schimb de focuri. Au citat din *Tora*, din *Midraş*, fiecare consolidându-şi tot mai tare opinia. În cele din urmă, au ajuns la finalul dezbaterii fără să ajungă la o concluzie şi a fost rugat cerul să decidă.

Cei prezenţi erau împietriţi. Nimeni nu mişca. Atunci, cerul s-a cutremurat, iar Ari şi-a ridicat braţele şi a înclinat capul. A spus încet că decizia era în favoarea lui Baal Şem Tov.

În acest moment, Nahman s-a trezit din vis şi şi-a dat seama că era aşezat la o masă împreună cu colegii lui. Ceilalţi discipoli au început şi ei să se trezească. Învăţătorul lor ieşea din transă. Când au fost cu toţii treji, nimeni nu a scos un cuvânt. Dar învăţătorul lor, sfântul Baal Şem Tov, s-a uitat drept la Nahman şi a spus:

- Tu ai fost cel pe care l-am ales să mă însoţească pentru a fi martor la toate acestea.

Visele ne conectează cu alte tărâmuri, dar putem avea viziuni asemănătoare viselor în timp ce suntem perfect treji. Shoshana lucra cu jumătate de normă ca îndrumător al infirmierelor la Spitalul Hadassa din Ierusalim. Îngrijise mulţi pacienţi în stare critică din secţiile de geriatrie şi oncologie. Unul dintre aceştia, rabi Avi, era foarte bătrân. Boala sa ajunsese în faza finala. Tot corpul îi era acoperit de escare; la fiecare câteva ore era necesar să-i fie schimbate pansamentele. Se afla într-un salon cu alţi trei pacienţi în stare gravă, care deseori se văitau şi strigau de durere.

Cu excepţia ocaziilor când era vizitat de elevii săi - ceea ce se întâmpla destul de des - acest bătrân profesor citea sau se ruga în permanenţă. Pe noptiera de lângă pat avea un teanc mare de cărţi. Elevii lui îl tratau ca pe un sfânt, iar Shoshana ştia că era un profesor cunoscut.

Rabi Avi nici nu clipea când i se schimbau pansamentele. De fapt, continua să citească în acest timp. Ori de câte ori alţi pacienţi strigau după ajutor şi camera se umplea de doctori şi infirmiere, el continua să citească. Chiar în cazul unei urgenţe de gradul unu, când murea cineva, el rămânea concentrat asupra cărţilor sale.

Shoshana a venit acasă într-o zi şi mi-a relatat o întâmplare stranie. Starea sănătăţii lui rabi Avi era din ce în ce mai precară, escarele se prezentau din ce în ce mai rău. Shoshana mi-a spus;

- Pare să se menţină în viaţa dincolo de orice limite normale. Pe când trebăluiam în jurul patului său, întrebându-mă ce e la mijloc în toate astea, i-am trimis în tăcere un gând-mesaj. I-am spus: „Nu trebuie să rezişti cu tot dinadinsul. Poţi să renunţi, să cedezi oricând doreşti". Am mai făcut asta şi cu alţi oameni, dar e prima dată când cineva răcneşte la mine ca răspuns telepatic. Am fost şocată. Mintea mi-a fost invadată de o voce puternică care striga: „Nu te amesteca! Nu ai nici cea mai mică idee despre ceea ce se

întâmplă aici!" În acel moment, m-am uitat la rabi Avi, iar el m-a privit de după cartea pe care o avea în mâini. În general, se uita rareori la cei din jur. Dar trebuie să spun că privirea lui mi-a dat fiori.

Această experienţă a afectat-o profund pe Shoshana şi a influenţat modul în care a lucrat în continuare cu muribunzii.

Iudaismul respectă viaţa mai presus de toate lucrurile sacre. Toate legile din cărţile sfinte pot fi încălcate, dacă este în pericol viaţa. Conform preceptelor iudaismului, încercăm să sorbim viaţa până la ultima picătură, pentru că fiecare respiraţie este o noua şansă de a mai înălţa o scânteie de Divinitate. Nu este niciodată prea târziu să te reabilitezi, să te izbăveşti, cât timp eşti în viată.

Moartea este considerată atât prieten, cât şi duşman. Este prieten în sensul că, odată ce ne aflăm de partea cealaltă, ca înţeleptul Nahman, nu mai avem nici un interes să ne întoarcem la aceasta viaţă. Viaţa este dificilă. *Talmudul* prezintă o controversă celebră dintre şcoala lui Hilel, care susţinea opinia că este mai bine să ne fi născut decât să nu fi trăit deloc, Şi şcoala lui Şamai, care susţinea ideea că este mai bine să nu ne fi născut deloc. Dezbaterea s-a prelungit vreme de doi ani şi jumătate. Concluzia finală a majorităţii a fost că ar fi fost mai bine să nu fi fost creaţi deloc, dar, acum că suntem aici, trebuie să profităm de asta şi facem cum e mai bine.[53] În acest sens, moartea ne este prieten.

Pentru cei în viaţă însă, moartea este duşman, în sensul că ne răpeşte liberul arbitru. După ce murim, nu mai avem posibilitatea de a fi co-parteneri în Creaţie. Numai cei în viaţă pot înălţa scântei de Divinitate, numai cel în viaţă pot conlucra cu Dumnezeind. În tărâmurile morţii ne bazăm pe meritul dobândit în timpul vieţii sau pe sprijinul celor în viaţă, care ne poartă în amintirea lor şi ne pomenesc în rugăciunile lor pentru că nu mai putem acţiona noi înşine.

Astfel, concepţia iudaică tradiţională este de a nu „aluneca lin în noaptea întunecată." Nu renunţăm aşa uşor. Facem tot posibilul să susţinem şi să salvăm viaţa. Evident că,

atunci când viaţa îşi pierde până într-atât calitatea încât nu mai putem să ne înălţăm propriile scântei de Divinitate, lucrurile se schimbă. Atunci moartea ne devine din nou prieten, pentru că viaţa nu are valoare fără liberul arbitru.

Concepţia mistică este că, cu treizeci de zile înainte de moartea cuiva, în cer se dă o proclamaţie în acest sens şi chiar păsările cereşti anunţă osânda persoanei respective. În aceste ultime treizeci de zile, *neşama* persoanei pleacă în fiecare noapte şi se înalţă în lumea cealaltă pentru a-şi vedea locul de acolo. Aceasta călătorie este diferită de călătoriile obişnuite ale sufletului, care sunt deseori comunicate în vis. Acum, din cauză că sufletul se află sub aripile Îngerului Morţii, persoana nu mai are aceeaşi conştiinţă ca înainte şi nu mai are control asupra sufletului.[54]

În plus, se spune că în. aceste ultime treizeci de zile, umbra persoanei devine mai ştearsă, mai estompată.[55] Misticii înţeleg că asta e o metaforă. Lumina care scade în intensitate nu este cea a soarelui; umbra pe care o creează ea nu dispare. Mai degrabă, lumina vitală, care este conectată la sursa vieţii, începe să se diminueze. În termeni contemporani, umbra creata de lumina noastră vitală se numeşte aură. Această aură începe să piardă din intensitate cu treizeci de zile înainte de moarte. Unii oameni au capacitatea de a vedea aceste lucruri.

Zoharul consemnează povestirea despre rabi Isaac, care şi-a dat seama că este pe moarte. Întristat, s-a dus la prietenul sau, rabi Iuda, şi i-a spus că şi-a dat seama că sufletul său pleca în fiecare noapte, fără să-i mai comunice însă, după aceea, nici un fel de informaţii în vis. Constatase totodată că umbra sa (aura) era mai slabă. Într-o scenă înduioşătoare, Iuda a promis că va îndeplini orice dorinţă a lui Isaac după moartea sa. În schimb, i-a cerut lui Isaac să-i rezerve un loc lângă el în lumea de dincolo, astfel încât să fie din nou împreună. Cu lacrimi în ochi, Isaac l-a implorat pe Iuda să stea cu el până vine să-l ia moartea.

Acum, acţiunea devine mai profundă. Cei doi s-au dus împreună la rabi Şimon bar Iohai. De cum au intrat, rabi Şimon

a văzut Îngerul Morţii dansând în faţa lui rabi Isaac. Fiind un mare mistic, rabi Simeon s-a aşezat la uşă şi l-a forţat pe Îngerul Morţii să plece. Uitându-se apoi la Isaac, a văzut că acesta mai avea numai câteva ore de trăit. L-a întrebat:

- Ţi s-a arătat cumva astăzi imaginea tatălui tău?

Este cunoscut faptul că, atunci când vine vremea să părăsim lumea aceasta, rudele noastre vin la noi pentru a ne însoţi sufletul în drumul către alte tărâmuri.[56] Rabi Isaac a răspuns că încă nu i se arătaseră rudele până în acel moment.

Atunci, rabi Şimon s-a rugat cu glas tare ca Prea Sfântul să-i acorde lui rabi Isaac o păsuire. Apoi, l-a chemat pe fiul său ca să stea cu rabi Isaac pentru că vedea că acesta este cuprins de o mare teamă. Acum, povestirea se mută în alt nivel al realităţii.

Rabi Isaac a căzut într-un somn adânc şi l-a visat pe tatăl său. L-a întrebat pe acesta cum este în tărâmul spre care se va îndrepta şi el, iar tatăl lui i-a descris camera ce-i fusese pregătită. După aceea însă, i-a spus:

- Eram tocmai pe punctul de a pleca [pentru a te aduce aici] când s-a auzit o voce [în ceruri] spunând: „Să fiţi mândri de rabi Şimon pentru că a făcut o solicitare [ca rabi Isaac să trăiască] şi i-a fost împlinită."[57]

Deşi edictul privind moartea lui rabi Isaac fusese dat, a fost totuşi schimbat. Chiar dacă o persoană are cunoştinţă despre moartea sa iminentă, nu este niciodată prea târziu ca cineva să intervină în favoarea lui.

L'HAIM: SĂNĂTATE ŞI VIAŢĂ LUNGĂ

O povestire minunată ne-a fost relatată de reb Zalman. Aceasta se referă la acel învăţăcel pe care Iehuda, care a venit de la mare distanţă pentru a-l vizita pe celebrul Vizionar din Lublin în timpul unui Şabat. Iehuda a ajuns la destinaţie vineri dimineaţa şi s-a dus imediat să-l vadă pe rebe. După cum se ştie, Vizionarul putea anticipa viitorul. Aproape imediat ce Iehuda a intrat în încăperea unde se afla, rebe l-a rugat să nu rămână de Şabat. Iehuda a fost uluit.

- Dar, rebe, vin de atât de departe. Nu există nici o posibilitate să-mi petrec totuşi Şabatul cu dumneavoastră?

Rebe s-a uitat la el cu tristeţe în ochi,

- Adevărul este, tânărul meu prieten, că văd cum te-nconjoară Moartea şi se pare că ţi-e sorocit să mori de acest Şabat. Ar fi mai bine să te duci într-un sătuc şi să mori acolo.

Reb Zalman a comentat:

- Vă puteţi imagina ce a simţit Iehuda? Vizionarul i-a spus că mai avea numai o zi de trăit. Inima îi era zdrobită. Şi-a. luat mica geantă de voiaj şi s-a târât încet pe drumul ce ieşea din oraş,

Pe drum, Iehuda, s-a întâlnit cu un furgon încărcat cu învăţăcei. Cântau cât îi ţinea gura şi erau într-o dispoziţie minunată. Au oprit furgonul când au văzut că el pleca din oraş.

- Prietene - i-au. strigat - mergi în direcţie greşită. Vizionarul din Lublin. se află în. partea astalaltă. Vino cu noi.

Iehuda s-a întors încet către ei şi a spus cu tristeţe:

- Nu pot să merg cu. Voi. Vizionarul m-a alungat.

- Dar de ce?

Învăţăceii l-au înconjurat imediat. Era surprinzător. Vizionarul nu. alungase niciodată pe nimeni. Iehuda le-a spus că rebe afirmase că el urma să moară şi că trebuie să găsească un sătuc unde să facă asta. Învăţăceii au replicat imediat:

- Dar e absurd. Nu trebuie să pleci. De ce să mori singur, într-un loc unde nu cunoşti pe nimeni? Poate că rebe era îngrijorat că asta ne va tulbura Şabatul nostru. Dar n-o să

ni-l tulbure. Vino. Dacă este să mori, fă-o la masa lui rebe. În felul acesta, dacă ţi se face rău şi ai nevoie de ajutor, vom fi lângă tine să te susţinem şi să te ajutăm. Hai prietene, nu-ţi face griji!

Aşa că, Iehuda s-a alăturat veselului grup şi s-a urcat în furgon. Au plecat în direcţia Lublin. Un tânăr din grup i-a spus lui Iehuda:

- Prietene, dacă tot urmează să mori, în caz că ai nişte bani, fă-ne cinste cu nişte rachiu, că tare ne-ar prinde bine să ne mai încălzim.

Iehuda avea într-adevăr bani. S-au oprit la prima tavernă şi au comandat mult rachiu. De fiecare dată când cineva ridica paharul, se întorcea către Iehuda, binefăcătorul şi sponsorul lor, şi-i striga urarea: *„L'haim, l'haim*, să trăieşti o viaţă lungă cu sănătate". Şi aceste urări se succedau răsunător, una după alta.

Iehuda se îmbujorase la faţă. Uitase ce-i spusese Vizionarul. De fapt, toţi cei prezenţi se simţeau prea bine ca să se mai gândească şi la ziua de mâine. Si aşa, rând după rând de rachiu, urările de bine se revărsau asupra lui cu duiumul.

Au ajuns la casa Vizionarului într-o stare de mare euforie. Când Iehuda s-a apropiat de rebe pentru a-l saluta din. nou, marele Vizionar din Lublin l-a privit cu mirare. Şi-a arcuit sprâncenele şi a spus:

- Este minunat, tinere prieten, Îngerul Morţii nu mai e cu tine. Ceea ce un rebe nu. poate face pentru discipolii lui, pot face discipolii unul pentru altul cu urările lor de *l'haim*.

- Vedeţi dumneavoastră - a spus reb Zalman. - un rebe poate fi extrem de merituos şi multe lucruri nemaipomenite se pot face datorită meritului său. Dar când un grup de oameni se adună laolaltă ca o obşte pentru a-i trimite cuiva urări de bine, puterea acestui act este mai mare chiar decât cea a unui rebe.

Fie ca noi toţi să fim binecuvântaţi de a avea prieteni buni şi rude apropiate, care să trimită în tărâmurile cereşti cuvinte de susţinere şi laudă la adresa noastră.

RAI, IAD ŞI ÎNVIERE

Există multe povestiri care descriu diferenţele dintre rai şi iad. Intr-una din ele, o femeie care moare este întâmpinată de paznicul de la porţile cereşti. Cum arată oare iadul? se întreabă recent decedata. Este condusă într-o cameră, unde, la o masă mare, sunt aşezaţi mulţi oameni. Pe masă se află mâncăruri şi băuturi delicioase. Dar cei de la masă sunt enervaţi, supăraţi şi înfometaţi pentru că au braţele îmbrăcate în nişte mâneci metalice şi nu şi le pot îndoi pentru a-şi duce mâinile la gură, oricât s-ar strădui.

Raiul se afla în încăperea de alături. Şi aici este o masa încărcată cu mâncare, şi aici oamenii din jurul mesei poartă mâneci metalice. Dar ei sunt fericiţi şi calmi pentru că au învăţat să se hrănească unul pe celălalt.

În altă povestire, un om moare şi se trezeşte într-o grădină frumoasă. Supraveghetorul grădinii este plin de solicitudine şi-i dă acestuia orice cere. Vrea o casă frumoasă - imediat apare casa visurilor sale. Vrea o nevastă perfectă - pe loc se materializează lângă el soţia ideală. În fiecare zi, omul cere ceva nou şi în fiecare zi dorinţa îi este împlinită. Lucrurile continuă aşa mai multe luni în şir. Dorinţele omului devin din ce în ce mai extravagante. Dar, obţine tot ce-şi doreşte. Nu-i lipseşte nimic. Nu mai ştie ce să ceară. Trec, una după alta, zilele în care nu are nici o dorinţă. Apoi trec luni întregi.

Omul începe sa se plictisească. Nu mai are ce să anticipeze, să aştepte cu nerăbdare, nimic nu-l mai încântă, nu-l captivează. Totul capătă un gust fad. În cele din urmă, într-o zi, îi spune supraveghetorului grădinii:

- M-am gândit că aş vrea poate să văd cum e de partea cealaltă.

- De cealaltă parte, ce vrei să spui? întreabă supraveghetorul.

- Vreau să spun că aş vrea să văd cum e în iad.

- Oh - replică supraveghetorul - dar, dragă prietene, unde crezi că te-ai aflat în tot acest timp?

Raiul şi infernul nu sunt în mod necesar ceea ce credem noi. Aceeaşi experienţă poate fi ruptă din rai sau un adevărat infern, totul depinzând de punctul nostru de vedere. La fel şi învierea sau viaţa de după moarte. Dacă o privim ca pe ceva nerealizabil de către noi, situat în viitorul îndepărtat, avem - ca să spunem aşa - mintea închisă în carcase metalice. Suntem separaţi de ea şi gândurile nu ne sunt suficient de flexibile pentru a putea să hrănească sufletul. Dar dacă vedem relaţia în continuă desfăşurare dintre Dumnezeind şi Creând, înţelegem pe deplin că învierea este un proces continuu, care se desfăşoară chiar acum.

GHEHINOM

Rabe Nahman din Braţlav a afirmat: „Toată lumea spune că există o dimensiune a realităţii, numită „Această lume" *(Olam ha-zeh)*, şi o alta, numită „Lumea ce va să vină" *(Olam ha-bah)*. Poate că există [într-adevăr] o realitate numită „Această lume" undeva [în altă parte], dar, dată fiind suferinţa permanentă pe care o vedem în jurul nostru, se pare că trăim în prezent în *Gehinom* (infern)."[58]

În iudaism, iadul este de obicei numit *ghehinom* denumire ce provine de la numele unei văi situate la sud de Ierusalim - Ben Hinom (ghei Hinnom) - unde triburile păgâne practicau sacrificarea prin foc a copiilor ca jertfă închinată zeului Moloh.[59] Valea era astfel cunoscută ca un loc de tortură. Profetul Ieremia a spus ca va fi desemnată pentru totdeauna ca Vale a Masacrelor.[60] Astfel a intrat în conştiinţa oamenilor ca loc de pedeapsă, de administrare a măsurilor punitive.

Iadul mai este cunoscut şi sub alte nume: *şeol*,[61] mormântul sau ţărâna/pământul, *abadon*, tăcerea, adâncul

abisului şi tărâmul întunericului. Părerile asupra a ceea ce se întâmplă în iad sunt foarte diferite, dar toate descriu lucruri îngrozitoare: suferinţă veşnică prin ardere în foc, îngheţ până la congelare, spânzurătoare, eviscerare sau alte feluri de mutilări şi schilodiri ce pot fi imaginate de o închipuire bogată.[62]

De fiecare Roş Haşana, care este o zi a Judecăţii, sufletele sunt împărţite în trei grupe; cele ale drepţilor, cele ale păcătoşilor şi cele din categoria de mijloc, ale oamenilor nici prea virtuoşi, dar nici prea păcătoşi.[63] Şcoala lui Şamai a decretat că cei virtuoşi vor merge direct în Paradis, cei păcătoşi vor fi condamnaţi să rămână pentru totdeauna în *ghehinom*, iar cei din categoria de mijloc vor fi întâi pedepsiţi, iar apoi iertaţi.

Şcoala lui Hilel a fost de altă părere, afirmând că Dumnezeu este milostiv şi că păcătoşii nu vor fi, prin urmare, pedepsiţi pentru totdeauna. Potrivit acestei opinii, majoritatea sufletelor sunt supuse unei perioade de maximum douăsprezece luni de purificare, iar apoi sunt iertate. Numai câteva păcate, cum ar fi a nu crede în natura eternă a sufletului[64], a dispreţui *Tora* sau a denunţa o persoană nevinovată, au drept consecinţă o perioadă prelungită, de peste douăsprezece luni, de detenţie în iad, dar chiar şi atunci, condamnarea nu este eternă. Şcoala lui Hilel spune: „*Gehinom* va dispărea [în era mesianică], dar [cei condamnaţi a ispăşi sentinţe mai lungi în lad] nu vor dispărea."[65] Cu alte cuvinte, vor supravieţui *ghehinomului*. Iar *Talmudul* afirmă explicit: „Nu există *ghehinom* în lumea ce va să vină."[66]

Înţelepţii din vechime au susţinut că dimensiunile *ghehinom* sunt imense în comparaţie cu lumea. Ei au afirmat: „Egiptul reprezintă a şaizecea parte din Etiopia, Etiopia reprezintă a şaizecea parte din lumea [cunoscută]; lumea reprezintă a şaizecea parte din Grădina [Edenului]; grădina reprezintă a şaizecea parte din Eden; Edenul este cât a şaizecea parte din *ghehinom*. Prin urmare, lumea arată ca un [mic] capac de borcan în comparaţie cu *ghehinom*."[67]

Infernul este de 3.600 de ori mai mare decât Grădina

Edenului şi de 196.000 de ori mai mare decât pământul. Nu este deci de mirare că ne pare atât de des că trăim în iad. Pornind de la aceste date, putem să începem să înţelegem concepţia rabinică asupra lumii viitoare. Dacă ar dispărea *ghehinom*, cu dimensiunile sale imense, ar rezulta o lume fără suferinţă, care va fi asemeni paradisului. Deşi există divergenţe de opinii asupra a ceea ce reprezintă lumea ce va să vină, ideea unanimă este că va fi epoca conştiinţei mesianice.[68] Pe baza tezei că în acele vremuri nu va exista *ghehinom*, conceptul de răsplată şi pedeapsa Divină va avea o altă formă. Atunci, se spune, Prea Sfântul va lua soarele „din lăcaşul său, cei drepţi vor fi izbăviţi, iar cei păcătoşi judecaţi."[69] Ideea că soarele va fi îndepărtat din lăcaşul său înseamnă că va exista o lumină mult mai puternică decât a soarelui. Aceasta va fi *Or En Sof*, infinita lumină a conştiinţei, care luminează toate colţurile universului şi toată înţelepciunea Creaţiei.

PARADISUL

Paradisul este în general asociat cu Grădina Edenului, care, în mistica iudaică, este reprezentată pe două niveluri. Partea de jos a grădinii este paradisul pe pământ, în timp ce partea de sus a grădinii are legătură cu cerul. Referirile la grădină însă fac rareori deosebire între aceste părţi, cea terestră şi cea celestă. Întrucât concepţia mistică asupra Creaţiei este că orice se află dedesubt are reflectare în înalturi, se prea poate să nu fie o diferenţiere prea clară între cele două.

Grădina este descrisă în termeni extraordinar de seducători: plină de miresme şi mirodenii, pomi, îngeri, arome delicioase, metale şi pietre preţioase. Desigur că toţi cei drepţi locuiesc aici: marii înţelepţi, matriarhele şi patriarhii, personajele biblice celebre, învăţaţi din toate epocile şi mesia. În mijloc este aşezat Dumnezeu, care le explica *Tora*.[70]

Paradisul este conceput ca fiind la dreapta lui Dumnezeu (milostenia şi iubirea), în timp ce *ghehinom* este în

stânga (justiția). În *Midraș* se pune întrebarea care este distanța dintre cele două părți. Rabi Iohanan spune că este cât grosimea unui perete: Rabi Hanina spune că este de lățimea unei palme; dar majoritatea rabinilor au fost de părere că Paradisul și *ghehinom* se afla alături, având o graniță comună.[71]

Unde se află această graniță? Este exact acolo unde ne aflăm în flecare moment. Paradisul și *ghehinom* se întâlnesc în centrul ființei noastre. Putem reflecta asupra trecutului din oricare din cele două perspective, iar viitorul nostru depinde de partea spre care înclinăm în deciziile pe care le luăm. Nu ne aflăm niciodată la o distanță mai mare de grosimea unui fir de păr nici de rai și nici de iad.

În ceea ce privește lumea ce va să vină, misticii merg și mai departe. Ei spun că *Tora*, care reprezintă gândirea lui Dumnezeu - ca să ne exprimăm așa - ne-a fost relevată ca o strângere de mână - lumină neagră (invizibilă) peste lumină albă (vizibilă).[72]

Într-o strângere de mână, delimitarea celor două mâini implicate devine neclară și trebuie să privim cu atenție pentru a putea stabili exact care este una și care cealaltă.

În lumea pe care o cunoaștem ne pare că suntem capabili să facem distincție între contrarii, să deosebim stânga de dreapta și binele de rău. Granița dintre ele este definită simultan de ambele părți ale antinomiei. În lumea ce va să vină însă, percepțiile noastre se vor modifica drastic, iar strângerea de mână se va reîntregi într-un tot.

Astfel, așa cum Grădina Edenului este punctul de început al conștiinței umane, ea este și destinul nostru. Viața veșnică este o doctrină fundamentală a cultului iudaic. Ea înseamnă viață în această grădină, dar nu viață așa cum o cunoaștem noi, pentru că contrariile se vor uni, răul nu va mai exista, iar suferința va dispare.

ÎNVIEREA

Învierea este unul din cele treisprezece principii ale credinţei fixate de Maimonide[73], şi cea de a doua binecuvântare cuprinsă în Amida din slujba zilnică.[74] Se spune că, dacă cineva nu crede în înviere, nu va dobândi un loc în lumea ce va veni.[75]

Învierea este altceva decât reîncarnarea, care înseamnă renaştere succesivă în mai multe vieţi pentru a izbăvi scânteile de sacralitate căzute în cadrul procesului de perfecţionare a Creaţiei. Învierea este precursorul şi vestitorul unei noi ere, al unei transformări de conştiinţă necunoscute până atunci, în care percepţia realităţii suferă o modificare profundă.

Deşi învierea este o teză fundamentală în iudaism, există concepţii. contradictorii în privinţa a ceea ce înseamnă ea. Există convergenţă de opinii numai asupra unei probleme: sursa vieţii nu poate fi contracarată de moarte. Însă, problemele privind momentul de înfăptuire a învierii, modul de producere şi cine anume învie şi cine nu - sunt toate subiect de dispută. Ca urmare, nu este deloc surprinzător că iudaismul reformat şi cel reconstrucţionist soluţionează acest aspect renunţând complet la noţiunile de *ghehinom* şi înviere.

Cabala însă urmează altă direcţie de gândire. Dacă rădăcina tuturor sufletelor este *Adam-ha-Rişon* (conştiinţa umană primară), învierea reprezintă punctul culminant al recuperării şi reabilitării tuturor scânteilor de Divinitate căzute, care au fost returnate la sursa lor originară.[76]

Zoharul consemnează: „Rabi Aba a spus: «Toţi oamenii se vor scula din morţi. Dumnezeu este izvorul milostivirii şi iertării. Deoarece oamenii au suferit pe această lume, nu vor mai suferi în lumea viitoare».”[77] În *Zohar* mai scrie că: „După învierea morţilor, lumea va fi perfect reînnoită şi nu va mai exista moarte.[78]

Viaţa de după înviere nu va semăna cu nimic din ceea ce putem noi să ne închipuim. Dar este interesant felul în care este descrisă în *Zohar*. În realitatea noastră obişnuită, corpul

este un veşmânt sau un înveliş (*kelipah*) pentru suflet, care este considerat o scânteie. În lumea viitoare, corpul nu va mai fi un înveliş pentru scânteie, ci va deveni flacăra aprinsă de această scânteie, intensificând mai degrabă strălucirea acesteia şi nu îngrădind-o. Corpul va arăta ca cel pe care-l vedem, de obicei, în oglindă, dar va fi iluminat, va avea o strălucire ca aceea a lui Moise după ce a coborât de pe Muntele Sinai, când era atât de incandescent încât a trebuit să-şi acopere faţa cu un văl.[79]

Astfel, *Zoharul* susţine că: „Este evident că va avea loc o nouă facere, bazată pe singurul os din corpul omului care rămâne intact (osul *luz*), care nu se descompune şi nu se dezintegrează niciodată şi pornind de la care, se va reface, reconstituindu-se întregul corp[80]... Apoi, Dumnezeu va face astfel încât corpul identic şi sufletul identic să se reîntoarcă în lume... şi roua celestă să coboare asupra lor..., roua de lumină; lumina divină prin care Atotputernicul va insufla viaţă în univers."[81]

Osul *luz* este identificat uneori ca fiind osul sacral, un os misterios, aflat la baza coloanei vertebrale. *Midraşul* susţine că acest os nu poate fi dizolvat în apă, ars în foc, măcinat într-o râşniţă, spart sau despicat cu un ciocan.[82] Când cineva a încercat să sfărâie un astfel de os, osul a rămas intact, iar barosul şi nicovala s-au crăpat.[83]

Este evident că nu există entitate fizică în corp care să fie absolut indestructibilă. Misticii vor, mai degrabă, să sugereze că există o anume esenţă care susţine fiecare fiinţă şi care conţine toate elementele de cod ale acesteia. Esenţa aceasta mistică poate fi clonată oricând în viitor. Putem să ne-o închipuim ca pe un înger, o bulă eternă de energie, care păstrează prototipul unei anumite fiinţe. Din această bulă de energie se reconstituie şi reînvie noul corp.

Ca o problemă subsidiară, unul din motivele principale pentru care tradiţia rabinică nu permite incinerarea este îngrijorarea ca nu cumva osul *luz* să nu dispară în acest proces. Dar, din *Midraş* reiese că acest os nu poate fi distrus prin ardere. Este o problemă ce preocupă în cel mai înalt grad pe

evreii contemporani ai căror părinţi sau rude au optat pentru incinerare, aşa cum, au făcut părinţii mei. Reb Zalman evidenţiază faptul că mii de oameni au fost incineraţi împotriva voinţei lor în timpul Holocaustului, dar nu ne putem permite să spunem că acestora li se va refuza învierea. În viziunea acestei stări de fapt, preceptele iudaice privind problema incinerării ar trebui formulate cu mult discernământ şi mai multă grijă.

MOARTEA NU A EXISTAT NICIODATĂ

Un cabalist contemporan a spus despre înviere: „Acesta este singurul nivel de conştiinţă situat complet în afara posibilităţilor experienţei umane: faptul de a muri continuu în «sărutarea» [lui Dumnezeu] şi de a fi permanent reînviat. În acest ultim stadiu al Creaţiei, întreaga realitate se va reunifica cu Dumnezeu, nu numai scânteile, ci şi învelişurile (corpurile) realităţii fizice. După moarte, «eul», recalcitrant şi nereabilitat, fiind finalmente «mort» - sufletul va trăi viaţa ca pe o pulsaţie sau oscilaţie între a trăi/a muri întru Dumnezeu."[84]

Această concepţie reprezintă o sinteză perfectă a evoluţiei doctrinei cabaliste. Învierea reprezintă un nou nivel de conştiinţa, situat mult în afara posibilităţilor experienţei umane obişnuite. În ea, oamenii nu vor mai simţi bariera egocentristă a separării, ci vor fi uniţi în comuniunea totală a universului. În acest tărâm nu vom mai trăi şi muri ca entităţi separate, fără legătură între ele, ci ne vom dilata şi contracta ca o extensie a lui Dumnezeu, fiecare dintre noi reprezentând o bătaie a pulsului etern al Divinităţii.

Zoharul adresează întrebarea: „Nu este un păcătos mort deja, deşi mai e în viaţă?"[85] În acest context, „păcătos" înseamnă cineva care s-a îndepărtat de Dumnezeu, ceea ce se referă la aproape toţi oamenii, cu excepţia unei mâini de drepţi şi virtuoşi. Astfel că, putem citi întrebarea ca: „ Nu suntem cu toţii morţi, deşi credem că suntem vii?" Ce înseamnă, în acest context, a fi viu? Înseamnă a fi pe deplin conştient de prezenţa

permanentă a lui Dumnezeind şi de a aprecia cum se cuvine rolul nostru în desfăşurarea continuă a Creaţiei.

Solomon ibn Gabirol, poet şi filosof evreu din secolul al unsprezecelea, a conceput un sistem de contemplaţie care conduce la eliberarea de moarte.[86] Concepţia a fost dezvoltată în principala sa operă filosofică, *Mekor Hayim* (Izvorul vieţii). Prima etapă constă în contemplarea lui Dumnezeu şi trăirea vieţii pe principii etice, astfel încât sufletul să se poată ataşa de sursa sa. De aici, sufletul se va înălţa în contemplaţie până va ajunge la nivelul „materiei universale primare", nivelul arhetipurilor. Apoi, contemplarea ne conduce la aprecierea Voinţei lui Dumnezeu, ceea ce ne duce la sursă: Izvorul vieţii. Când ne conectăm total cu Divinitatea prin contemplaţie, comuniunea cu Dumnezeu ne eliberează de moarte.[87]

Din cauză că învierea reprezintă un domeniu nerestricţionat din punct de vedere temporar, ea pătrunde în orice realitate limitată de timp şi spaţiu. Cu alte cuvinte, învierea nu este ceva pe care trebuie să-l aşteptăm. Este în permanenţă aici, cu noi. Trebuie doar să ne deplasăm din sfera conştiinţei de sine în sfera spiritului lui Dumnezeu. Creând este pulsul lui Dumnezeind. Indiferent de cât de departe ne-am extins în afara Divinităţii, îndepărtându-ne de Ea, suntem în continuare parte componentă a Ei.

Aceasta este secretul învierii şi motivul pentru care înţelepţii erau atât de preocupaţi să ni-l facă cunoscut. În pofida limitelor limbajului şi conceptelor, principiul de bază, potrivit căruia trăim în permanenţă în prezenţa Divinităţii, ne asigură de certitudinea învierii. În fiecare moment în care suntem susţinuţi în viaţă, aşa cum o cunoaştem, este ca şi cum am fi sculaţi din morţi. Întreaga noastră viaţă este o experienţă perpetuă de înviere; trebuie numai să fim capabili s-o percepem în felul acesta.

Abraham Isaac Kook, unul din cei mai de seamă cabalişti ai acestui secol, crede că moartea este imaginară, ca perspectiva noastră asupra morţii este distorsionată din cauza felului confuz în care percepem realitatea. În timp, vom ajunge

sa realizăm conotația exactă a expresiei ebraice „*Lo haiah mavet me-olam*, care înseamnă „Moartea nu a existat niciodată."[88]

EPILOG

BANUL MURDAR

Acum două sute de ani, la St. Petersburg, s-a ivit o situaţie disperată. Se cerea suma de zece mii de ruble drept răscumpărare pentru un tânăr, viitor mire, care fusese arestat. În vremea aceea, asemenea întâmplări nu. erau deloc neobişnuite. Oameni fără scrupule, aflaţi în. poziţii de autoritate - din poliţie, armată sau altele - arestau sau răpeau evrei, iar apoi cereau sume de bani pentru a-i elibera pentru că ştiau că legea evreiască obliga comunitatea să facă orice este posibil, inclusiv să vândă un preţios sul al *Torei* - pentru. a salva o viaţă.

Trei tineri, care studiau. la vremea aceea *Talmudul*, şi-au dat seama că singura sursă de unde puteau procura o asemenea sumă era un om bogat, pe nume *Ze'ev*. Cuvântul Ze'ev înseamnă în ebraică lup, iar omului respectiv i se potrivea perfect acest nume. Era lacom de bogăţie şi ar fi făcut orice să obţină cât mai multă. Totodată, putea fi uneori, răutăcios în felul cum îi refuza pe cei care îi solicitau donaţii. Nu contribuia niciodată la nimic.

Aceşti trei studenţi ai seminarului rabinic aveau să devină vestiţi rebe mai târziu. Cel mai tânăr dintre ei a fost cunoscut ca „Alter Rebe" (Rabinul cel Bătrân), Şneur Zalman din. Liadi. El era liderul grupului, pentru că era absolut sigur că vor reuşi să obţină ceva de la *Ze'ev*. Ceilalţi doi, deveniţi mai târziu reb Levi Iţhak din Berdicev şi respectiv, reb Mendel din Vitebsk, erau mult mai sceptici în ceea ce priveşte dobândirea unei donaţii din partea lui Ze'ev şi mai preocupaţi de faptul că-şi pierdeau un timp preţios în. mod zadarnic. Dar doreau să-l însoţească pe Şneur Zalman pentru siguranţa acestuia. El a fost de acord, cu condiţia ca ei să nu vorbească în

timpul parlamentărilor despre donaţie, indiferent ce se întâmplă.

Ze'ev a fost de-a dreptul înmărmurit şi, într-o oarecare măsură, onorat să vadă o delegaţie de trei rabi la uşa sa. A devenit totodată suspicios, dar i-a invitat oricum înăuntru. Au băut ceai şi au vorbit despre vreme şi în cele din urmă, Şneur Zalman a ajuns şi la întâmplarea cu pricina. A povestit despre un băiat orfan, rămas complet fără familie, a cărui nuntă urma să aibă loc chiar peste o săptămână. Fusese însă arestat pe baza unei acuzaţii false, iar acum nu putea fi eliberat decât dacă se plătea răscumpărarea de zece mii de ruble.

În vreme ce Zalman vorbea, Levi Iţhak şi Mendel vedeau cum lui Ze'ev i se umpleau ochii de lacrimi. La sfârşitul povestirii, Ze'ev a spus:

- Aşa o poveste tristă. M-aţi înduioşat Aşa că, aş dori să contribui.

Levi Iţhak şi Mendel erau uluiţi. Cum reuşise Zalman să facă asta? Apoi însă, brusc, încântarea lor s-a transformat; în deziluzie pentru că Ze'ev a băgat mâna în. buzunar şi a scos de acolo o copeică ruginită şi murdară - ceea ce valora mai nimic - care probabil că zăcuse în buzunarul lui vreme de zece ani. I-a înmânat această sumă meschină lui Şneur Zalman, ca şi când ar fi fost o contribuţie majoră.

Ceilalţi doi tineri erau şocaţi de atâta zgârcenie, dar conveniseră dinainte să nu scoată un cuvânt. Era acţiunea lui. Şneur Zalman.

Ce a făcut atunci Zalman? A început să laude în cei mai excesivi termeni inimaginabili această contribuţie minunată:

- Vai, domnule, nici nu. ştiţi ce înseamnă asta pentru. noi. Vă suntem grozav de recunoscători pentru generozitatea dumneavoastră. Vreau să vă binecuvântez pe dumneavoastră, pe soţia şi copiii dumneavoastră şi să vă doresc să aveţi succes în afaceri, să beneficiaţi de o sănătate de fier, să aveţi parte de iubire...

Şi a tot continuat aşa, acordând. binecuvântări cu nemiluita. În cele din urmă, când a sfârşit cu laudele şi urârile, cei trei s-au pregătit să plece. Ze'ev i-a condus până la uşă. Tocmai când plecau, le-a spus:

- M-aţi impresionat atât de tare cu această întâmplare, încât simt că trebuie să vă dau mai mult.

A băgat mâna în buzunar şi a scos o altă copeică murdară. Levi Iţhak şi Mendel erau. de-a dreptul furioşi, dar - aşa cum promiseseră - nu au scos o vorbă. Zalman însă, pe de altă parte, a început o nouă rundă de laude, binecuvântări şi urări, care a durat alte zece minute.

În cele din uimă, au plecat şi au ieşit în stradă. Pe când se îndepărta de casă, Levi Iţhak i-a spus prietenului său:

- Eşti nebun? Am pierdut o oră întreagă pentru a obţine două prăpădite de copeici!

- Şşt - l-a şâşâit Zalman.

Şi iată că, atunci când se aflau la vreo treizeci de metri de casă, uşa s-a deschis şi Ze'ev a spus:

- Învăţătorilor, veniţi înapoi.

S-au întors la uşa casei. Cu mare agitaţie şi emoţie, Ze'ev le-a înmânat o monedă de o rublă.

- Doresc să fac o donaţie serioasă - a spus.

Desigur că Şneur Zalman a dedicat alte cinci minute laudelor şi binecuvântărilor.

S-au îndreptat către stradă. Mendel a spus:

- După calculul meu, ai petrecut peste o oră ca să obţii o rublă. În ritmul acesta, ne vor trebui zece mii de ore ca să strângem întreaga sumă. Vom reuşi să-l scoatem pe băiat din închisoare peste patru sau cinci ani.

- Şşt - a şoptit viitorul Alter Rebe.

Uşa casei s-a deschis din nou şi Ze'ev i-a chemat înapoi. S-au întors, dar de data asta el le-a dat zece ruble. Peste câteva minute a fost vorba de o sută de ruble. Apoi, de cinci sute şi, respectiv, de o mie de ruble. În cele din urmă, după zece plecări şi întoarceri de acest fel, le-a dat un cec pentru

restul sumei, astfel că acum aveau integral cei zece mii de ruble.

Cei doi sceptici erau muți de uimire. Durase câteva ore, dar aveau întreaga sumă. Pe drum, au întrebat entuziasmați:

- Cum ai reușit să faci asta? Cum de ai știut că ne va da atât de mult?

Zalman le-a spus:

- Când inimile ne sunt acoperite cu o platoșă groasă, această barieră împiedică nu numai accesul către inimile noastre, ci și fluxul către exterior al sentimentelor noastre. Nu există o modalitate de a îndepărta această platoșă dintr-o dată. Așa că, ceea ce avem de făcut este să găsim un mijloc de a face o mică crăpătură în ea. Apoi, fiecare mică deschidere de generozitate va conduce la o alta și așa mai departe.

Ideea de a sfărâma cu-ncetul barierele noastre este secretul succesului în toate: este valabilă pentru milostenie și caritate, pentru învățătură și studiu, pentru iubire. De fiecare dată când facem o faptă bună, aceasta ne întărește capacitatea de a face mai mult. Indiferent de ce vreți să realizați, puteți începe cu. ceva ce pare insignifiant, minor, chiar cu un ban murdar. Lăsați-vă să evoluați încet, lărgind treptat crăpătura. În cele din urmă veți putea trece cu ușurință prin ea.

Povestirea despre banul murdar este o prezentare metaforică a modului de dobândire a conștiinței mesianice. Există multe precepte referitoare la potențialul conștiinței umane, dar, dacă nu începem să le transpunem în realitate, ele rămân în domeniul ideatic, ipotetic și al abstractului. Pentru a instaura noua realitate a conștiinței mesianice trebuie să găsim o modalitate de a face o breșă în propriile noastre bariere, astfel ca lumina conștiinței să poată pătrunde pe acolo.

Povestirea implică faptul că putem descoperi lumina conștiinței elevate deschizându-ne către ea treptat, pas cu pas. Odată ce am făcut o breșă, bariera poate plesni rapid, deschizându-se. Conștiința elevată este un rezervor imens. Tot ce avem de făcut este să ne luăm mâinile de pe stăvilarul

identității de sine. Dacă avem curajul s-o facem, vom fi inundați de lumină.

Fie ca fiecare dintre noi și toți deopotrivă să realizăm conștiința mesianică în noi; să dobândim forța și cunoașterea necesare pentru a ne deschide ochii; ca viețile noastre să ne fie încărcate de adevărul neîntrerupt în care suntem impregnați de iubire, grijă atentă și afecțiune. Fie să servim lumea de la acest nivel de conștiință.

Și acum, să spunem cu toții: „Amen!"

NOTE

INTRODUCERE

1. Aryeh Kaplan, *Chassidic Master* [Maeştrii hasidismulu] (New York şi Ierusalim: Moznaim Publishing, 1984), p. 115.
2. Din cauză că avem dublă cetăţenie, cea a Israelului şi cea a SUA, Shoshana şi cu mine am optat pentru celebrarea sărbătorilor numai într-o singură zi, aşa cum procedează israeliţii.
3. Cel de al cincizeci şi şaselea an reprezintă *hesed al ghevorah*. Pentru o prezentare a ciclurilor cabaliste, a se vedea capitolul „Tiparul Creaţiei".
4. Moshe Idel, *Studies in Ecstatic Kabbalah* [Studii privind Cabala extatică] (New York: State University of New York Press, 1988), p. 132.
5. Ibid.
6. A se vedea David A. Cooper, *Silence, Simplicity and Solitude* [Tăcere, simplitate şi solitudine] (New York: Bell Tower, 1992), p. 59-73.
7. *Encyclopedia Judaica*, vol. 7, p. 1391, 1403-1420.
8. A se vedea Larry Dossey, *Healing Words* [Cuvinte tămăduitoare] (San Francisco: Harper San Francisco, 1993).
9. *Zohar* I:4a.
10. A se vedea Idel, *Studies in Ecstatic Kabbalah*.

11. Moshe Idel, unul din cei mai de seamă specialişti contemporani în Cabala, evidenţiază faptul că „unii cabalişti considerau inspiraţia divină ca o condiţie *sine qua non* (condiţie esenţială) pentru aflarea secretelor sublime... [şi mai credeau totodată] că stările modificate de conştiinţă erau premisa înţelegerii în profunzime a textelor sacre... Trebuie să ne transpunem sau, cel puţin, să încercăm să ne transpunem la nivelul de conştiinţă caracteristic persoanei care a primit [iniţial] inspiraţia sau revelaţia". Moshe Idel, *Kabbalah: New Perspectives* [Cabala: Noi perspective] New Haven şi Londra: Yale University Press, 1988), p. 234.

12. Zalman Schachter-Shalomi, *Paradigm Shift* [Schimbarea modelului] (Northvale, NJ: Jason Aronson, 1993), p. 258.

13. Ibid., p. 267.

14. Ibid., p. 268.

15. Ibid., p. 266-268.

16. Ibid., p. 280.

17. Ibid., p. 257.

18. *Avoth d'rabi Nathan* 15:3.

19. Datele *Talmudului* din Ierusalim nu sunt clare. A se vedea introducerea lui Maimonide la *Mişna Tora.*

20. Rabi Adin Steinsaltz arată că Hilel susţine existenţa a 7 principii, rabi Işmael sugerează 13, rabi Eliezer ben Jose Ha Gelili - 32, iar Malbim (R. Meir Leib ben Iehiel Mihael) a alcătuit o listă de 613 principii care nu este însă exhaustivă. A se vedea Adin Steinsaltz, *Steinstaltz English Edition of the Talmud: A Reference Guide* [Ediţia Steinsaltz a versiunii în limba engleză a *Talmudului*: Ghid de referinţă] (New York: Random

House, 1989), p. 147-154; şi *Encyclopedia Judaica* 8:366-371.

PARTEA ÎNTÂI:
TRECUTUL

1. *Mamaş* era unul din cuvintele preferate ale lui Shlomo, folosit pentru a evidenţia unele lucruri. Sensul cel mai apropiat în traducere ar fi „cu adevărat, pe bune", ca în „Era cu adevărat o persoană corpolentă".

2. O *mikveh* este o acumulare de „apă curgătoare" - conectată la o sursă naturală - utilizată pentru purificare spirituală prin cufundarea în ea a întregului corp. Bărbaţii pioşi folosesc *mikveh* înainte de Şabat sau de sărbători, iar femeile credincioase o folosesc după ciclu, în vederea reluării coabitării cu soţii lor.

3. Gershom Scholem, *Major Trends în Jewish Mysticism* [Orientări majore în mistica iudaică] (New York: Schocken Books, 1941), p. 280.

4. *Geneza* 1:2.

5. A se vedea comentariul lui Raşi despre *Geneză* 1:2.

6. Aryeh Kaplan, *Inner Space* [Spaţiul lăuntric] (New York: Moznaim Publishing, 1990), p. 80; a se vedea şi *Bahir* (New York: Samuel Weiser, 1979), secţiunea a 2-a.

7. Literele ebraice din cuvântul „adânc" *(tohum: tav-hei-vav-mem)* pot fi rearanjate astfel încât să formeze cuvântul „moarte" (*hamavet*: hei-mem-vav-tav).

8. Cuvântul „bohu" poate fi împărțit în două cuvinte: *bo* și *hu*, ceea ce înseamnă „este în el". A se vedea *Bahir*, secțiunea a 2-a.

9. Kaplan, *Inner Space*, p. 82.

10. Ari mai susține și că numărul scânteilor căzute este de 288. Acest lucru se bazează pe versetul următor din *Geneză* (1:2): „și Duhul lui Dumnezeu se purta pe deasupra *(merachephet)* apelor". *Merachephet* se ortografiază cu literele *mem-reș-peh-het-tav*. Prima și ultima - *mem* și *tav* - formează cuvântul *met* (moarte); celelalte - *reș*, *peh* și *het* - însumează 288. Aceasta este și valoarea cuvântului *ibur*, care înseamnă gestație. Astfel, moartea și renașterea sunt ambele reprezentate în partea de început a *Genezei*. Semnificativ este faptul că 288 înseamnă de patru ori șaptezeci și doi, care este numărul literelor din cel mai secret nume al lui Dumnezeu (72), repetat în cele patru lumi. A se vedea Kaplan, *Inner Space*, p. 78-83 pentru mai multe informații despre Spargerea Vaselor.

11. *Zohar* I:156a-b

12. *Cântarea Cântărilor* 7:11.

13. *Zohar* I:88a.

14. Ibid., I:129a.

15. Ibid., I:53a.

16. Ibid., I:60a.

17. Ibid., I:156b.

18. *Encyclopedia Judaica*, vol. 10, p. 494.

19. Ibid., 9:35.

20. *Zohar* I:19b-20a.

21. *Geneza* 1:26.

22. Gerald Friedlander (trad.), *Pirkei De rabi Eliezer* (New York: Sepher-Hermon Press, 1916), capitolul 13.

23. *Zohar* I:35b. Samael (Satan) călărea şarpele, dar şi şarpele însuşi este considerat a fi Satan.

24. Ortografiată, denumirea literei *ghimel* foloseşte literele *ghimel*, *mem* şi *lamed*. Cuvântul *golem* foloseşte aceleaşi litere. El desemnează creaturile de tip Frankenstein, despre care se spune că erau concepute de cabaliştii din vechime prin utilizarea unor formule magice, pe baza diferitelor nume ale lui Dumnezeu. Valoarea numerică a cuvintelor *golem* şi *ghimel* este aceeaşi cu a cuvântului *hohma*, definit îndeobşte ca însemnând înţelepciune. Litera *ghimel* are valoarea 3, *mem* are 40, *lamed* - 30. În total 73. *Hohma* este format din literele *het* (8), *kaf* (20), *mem* (40) şi *hei* (5). Total - 73. Cabaliştii numesc *hohma* genul de înţelepciune primară care se află în tărâmul materiei fără formă. Cuvântul *hohma* poate fi împărţit în alte două cuvinte - *coah* şi *ma*, ceea ce înseamnă „puterea a «ce»", unde „ce" este un termen codificat pentru materia fără formă, care este înţelesul primordial al cuvântului *golem*. Astfel, cercul se închide. A se vedea Yitzchak Ginsburg, *The Hebrew Letters* [Literele ebraice] (Ierusalim: Gal Einai Publicaţions, 1990), p. 58.

Talmudul, într-o secţiune care se ocupă cu multe probleme de demonologie, consemnează că rabi Henina şi rabi Oşaia au reuşit să creeze un viţeluş (un *golem*) prin studiul misterelor relevate în tratatul cabalist *Sefer Ieţira* (*Sanhedrin*, 65b). Se afirmă că cei doi înţelepţi au mâncat viţelul. *Talmudul* consemnează, de asemenea, că Raba (secolul al patrulea) a reuşit să creeze chiar un „om". El a trimis

această creatură partenerului său de studiu, Zera, care - atunci când i-a vorbit - şi-a dat seama că nu era om şi, cu un singur cuvânt, l-a prefăcut în ţărână. Zera a fost unul dintre marii talmudişti contemplativi din istoria iudaismului. Se spune că „a postit" de sute de ori, ceea ce eu înţeleg că înseamnă că se retrăgea în tăcere şi solitudine în mod regulat. Pentru a-şi testa puterea de concentrare, obişnuia să-şi pună picioarele într-un cuptor încins. Dar învăţaţii din preajma lui erau invidioşi şi, într-o zi, au făcut ceva care i-a distras atenţia. Drept rezultat, Zera şi-a ars puţin picioarele. Deoarece era scund de statură, a fost poreclit „Scundul cu picioare pârlite". (*Baba Meţia*, 85a). În toate aceste precepte stranii se află cheia unei semnificaţii profunde. În ebraică, propoziţia „Raba a creat un om" este *„Rabah bara gabra"*. Aceasta sună similar cu celebra incantaţie *abra-kadabra*, care înseamnă „Creez în timp ce vorbesc" [Aryeh Kaplan, *Sefer Yetzirah* (York Beach, ME: Samuel Weiser, 1990), p. XXI]. Kaplan evidenţiază şi un aspect subsidiar, şi anume că, *abra-kadabra* conţine cuvântul *bara*, a crea, iar literele rămase au valoarea totală de 26, ceea ce reprezintă valoarea tetragramei (I-H-V-H). Aceste toate ţin de domeniul magiei. De regulă, cabaliştii mascau preceptele secrete pentru a se asigura că oamenii nu se vor folosi de ele în mod greşit. În propoziţia „Rabah bara gabra", fiecare cuvânt conţine aceleaşi trei litere: *bet*, *reş* şi *alef*, care, în această ordine, formează cuvântul „a crea". Dar, ultimul cuvânt din propoziţie *(gabra)* mai conţine încă o literă, *ghimel*. Putem deci citi propoziţia ca „Raba a conceput o creatură de tip *ghimel*", sensul căreia este „Raba a descoperit puterea creatoare a principiului fragmentării, ingredientul esenţial al naturii fizice, forţa satanică".

25. În timpul zilelor sărbătorii de Sucot, se practică un ritual de bază, care constă din agitarea unui mănunchi - format dintr-o ramură de palmier, o chitră, o ramură de mirt şi rămurele de salcie - în cele şase direcţii. Cabaliştii consideră asta o modalitate de a aduce un *tikun*, o îndreptare, separării cauzate de universul fizic. Ramura de palmier reprezintă un *vav*, numărul şase, iar chitra (un fruct asemănător lămâii) reprezintă Pomul Cunoaşterii, în cea mai sublimă stare a sa de unitate şi nediferenţiere - când este unit cu Pomul Vieţii. În timpul ritualului de agitare a acestui mănunchi, cele şase direcţii sunt atrase în mod mistic în chitră, care reprezintă inima persoanei respective. Intenţia ritualului este de a sfărâma iluzia separării şi de a se reîntoarce la unitatea grădinii simbolice.

26. „Nivelul/lumii/materiale, de sub nivelul formei, se numeşte Satan. Materia reprezintă ceea ce este supus procesului de procreere şi deteriorare, fiind într-o permanentă schimbare; în timp ce formele prototipale nu se deteriorează niciodată". [Moshe Idel, *Studies in Ecstatic Kabbalah*] (New York: State University of New York Press, 1988), p. 357.

27. *Geneza* 2:8-17.

28. Ibid., 3.

29. *Encyclopedia Judaica* 7:326.

30. Ibid., 13:78.

31. Ibid.

32. *Eruvin* 19a.

33. *Tamid* 32b.

34. Ibid.

35. Ibid.

36. Louis Ginzberg, *The Legends of the Jews* [Legendele evreilor], 7 vol. (Philadelphia: The Jewish Publication Society of America, 1937), vol. 1, p. 55.

37. Ibid.

38. Friedlander, *rabi Eliezer*, capitolul 12.

39. Ibid.

40. *Deuteronomul* 20:19. Această secțiune a *Torei* stipulează că la asedierea unei cetăți este interzis să fie distruși pomii din jurul ei și adresează o întrebare retorică: „Este pomul de pe ogor un bărbat de trebuie să-l ataci?" Structura limbii ebraice permite ca enunțul să fie considerat interogare sau afirmație. Ca afirmație însă, sensul lui se modifică, devenind „Bărbatul este un pom al ogorului...", acesta fiind modul în care îl interceptează rabi Eliezer.

41. *Cântarea Cântărilor* 4:12.

42. Friedlander, *Rabbi Eliezer*, capitolul 21.

43. *Midraș Rabah, Bereșit* 15. În alte surse este numit nuc, palmier sau roșcov. Credința că era un măr poate proveni de la calificativul asociat cu chitra, acela de „măr al paradisului". A se vedea Ginzberg, *Legende*, 5:97-98.

44. Friedlander, *rabi Eliezer*, capitolul 12.

45. Ibid., 1:70 și notele de la 1:17.

46. *Zohar* I:7a.

47. Ibid., I:26b.

48. Ibid., II:133b.

49. Aryeh Kaplan, *Meditation and Kabbalah* [Meditație și Cabala] (York Beach, ME: Samuel Weiser, 1982), p. 225. Un exemplu al metodei *atbaș* este descris de

Levi Iţhak din Bredicev; el evidenţiază faptul că există un aspect al lui Dumnezeu care rămâne ascuns şi un aspect care este revelat. Ambele aspecte pot fi descoperite în cuvântul *Miţvah (mem-ţadi-vav-hei).* O *miţvah* este împlinirea unei datorii religioase; este totodată considerată ca o faptă meritorie. Levi Iţhak spune că atunci când facem o *miţvah* ne conectăm cu Dumnezeul ascuns şi cu cel revelat. Primele două litere din cuvântul *miţvah* (*mem* şi *ţadi*) reprezintă Dumnezeul ascuns, în sensul că, folosind codul *atbaş*, *mem* este egal cu *iod*, iar *tzadi* cu *hei*. Acestea sunt primele două litere din tetragrama *iod-hei-vav-hei*. După cum se vede, ultimele două litere din tetragramă sunt aceleaşi cu ultimele două din cuvântul *miţvah*, indicând aspectul revelat al lui Dumnezeu.

50. *Hagigah* 12a.

51. *Or En Sof* este descris drept ceea ce a produs iluminarea lăuntrică care i-a conferit regelui David şi, în special, lui Moise darul profeţiei. Acesta este motivul pentru care Moise strălucea atât de tare atunci când a coborât de pe Muntele Sinai, încât a trebuit să-şi acopere faţa cu un văl. (*Zohar* I:31b).

52. *Zohar* I:34b.

53. Ibid.

54. *Midraş Rabah, Bereşit* 8:1, *Adam ha-Rişon* era androgin, fiind atât masculin, cât şi feminin, dar nu hermafrodit (bisexuat, cu organe genitale masculine şi feminine). Această afirmaţie este disputată în acelaşi midraş: „Dar nu stă scris că Dumnezeu a luat una din coastele *(ţela)* lui Adam?" Iar răspunsul este: „Cuvântul *«ţela»* înseamnă aici latură, parte, aşa cum este folosit în *Exod* 26:20 - «Pentru cea de a doua latură a cortului»".

55. *Geneza* 1:27 şi 5:2.

56. *Adam ha-Rişon* este considerat a fi fost atât de frumos că nimeni nu se putea uita la el. După „păcat", frumuseţea i s-a mai diminuat, iar înălţimea i-a scăzut la (doar) 100 coţi (45 m.). Frumuseţea lui *Adam ha-Rişon* ţine de credinţa profundă, însemnând limpezime, claritate totală. Iacob, care simbolizează esenţa frumuseţii, este comparat cu *Adam ha-Rişon* în această privinţă. A se vedea *Zohar* I:142b.

57. „Pomul avea o înălţime de 500 parasangi, iar circumferinţa sa era de 60.000 de parasangi" (*Zohar* II:2a). Un parasang are aproximativ 4 km.

58. Ginzberg, *Legends*, 1:70. Dacă cineva merge 9,6 km., pe zi, într-o săptămână va parcurge o distanţă de 64 km., într-un an 3.200 km., iar în 500 de ani 1.600.000 km.

59. Leon Hurvitz (trad), *Scripture of the Lotus Blossom of the Fine Dharma (The Lotus Sutra)* [Manuscrisul Florii de Lotus al spledidei Dharma (Sutra Lotusului)] (New York: Columbia University Press, 1976), p. 158-159. „Mii de miriade de milioane..." O mie de miriade de milioane reprezintă zece mii de miliarde. Dar numărul din citat înseamnă mult mai mult de atât.

60. Swami _Pradhupada, *Krishna: The Supreme Personality of Godhead* [Personalitatea supremă a Divinităţii] (New York şi Bombay: The Bhaktivedanta Book Trust, 1970), II:165.

61. *Geneza* 3:21.

62. Ibid., 3:5.

63. Ibid., 3:22.

64. Ibid., 1:28.

65. *Zoharul* face o diferență clară între creația „în stare potențială" și cea „în esență". Toate lucrurile au fost „create" în stare potențială prin folosirea numelui *Elohim* [în prima secțiune a *Genezei*], dar ceea ce a fost creat în stare potențială nu a căpătat formă până când nu s-a folosit întregul nume, I-H-V-H/*Elohim*. Creația a ieșit astfel din starea potențială și și-a primit substanța de esență în acest moment [în capitolul al doilea al *Genezei*] (*Zohar* II:113b).

66. *Geneza* 3:12. „Ea mi-a dat fruct din pom, iar eu am mâncat".

67. Ibid., 3:13.

68. Verbul se traduce ca *nișa (nun-șin-alef)*. Putem schimba litera *șin* în litera ebraică *sin*, cuvântul devenind acum *nisah*, ceea ce schimbă complet sensul. Cum *Tora* este scrisă numai în consoane, fără vocale sau semne diacritice, această metodă de citire alternativă, cu sens schimbat, a unui cuvânt este larg utilizată de învățații talmudici. Putem să nu fim de acord cu schimbarea de sens astfel obținută, dar nu și cu metoda folosită pentru a o obține.

69. *Geneza* 3:14.

70. Rashi despre *Geneză* 3:14; a se vedea, de asemenea, *Behorot* 8a.

71. *Zohar* I:124a.

72. Cuvântul „șarpe" este *nahaș*: *nun* (50) - *het* (8) - *șin* (300). Total: 358. Cuvântul „mesia" este *meșiah*: *mem* (40) - *șin* (300) - *iod* (10) - *het* (8). Total: 358.

73. În mod tradițional, Roș Hașana marchează unul dintre cele patru începuturi ale anului din calendarul ebraic: prima zi a lunii Nisan (primăvara), prima din Elul (cu o lună înainte de Roș Hașana), cea de a cincisprezecea

din Şvat (în ianuarie sau februarie) şi prima zi din Tişri (Roş Haşana). Fiecare dintre aceste zile reprezintă un moment de bilanţ pentru determinarea începutului unui nou an în astfel de activităţi ca perceperea zeciuielii, stabilirea perioadelor de obligaţii contractuale, a celor în care este permis a se mânca anumite fructe şi aşa mai departe.

74. Alte zile de evaluare şi judecată din calendarul ebraic sunt: 1) Pesah, când se determină recolta de cereale pentru anul următor (secerişul orzului); 2) Şavuot, ziua primelor roade; 3) Sucot, când se fac rugăciuni pentru ploaie - ele includ astfel toate aspectele agricole privind plantele cultivate şi animalele domestice.

75. Judecata se pronunţă de Roş Haşana, dar nu se pecetluieşte decât de Iom Kipur. Misticii spun că fiecăruia i se mai oferă o ultimă şansă de a schimba verdictul de Şmini Aţeret, la finalul sărbătorii de Sucot.

76. Aryeh Kaplan, *Sefer Yetzirah*, p. 186.

77. *Talmudul* conţine multe referiri la timpurile dinaintea Creaţiei. Într-una din secţiunile sale, de exemplu, în care se descrie urcarea la cer a lui Moise pentru a primi *Tora*, acesta întâmpină opoziţia îngerilor, care spun: „Stăpâne al universului! Cum poţi să dai pe mâna muritorilor Tezaurul Secret *(Tora)*, care a fost ţinut în taină timp de 974 de generaţii *înainte* de a fi fost creată lumea?" (*Shabbat* 89a).

78. Kaplan, *Sefer Yetzirah*, p. 167-190. Cele şapte litere sunt: *bet*, *ghimel*, *dalet*, *kaf*, *peh*, *reş* şi *tav*.

79. Kaplan, *Sefer Yetzirah*, p. 185. Aceasta este o doctrină profund esoterică ce descrie lumi în interiorul altor lumi, aflate în interiorul altor lumi. De exemplu, în universul Beriyah se află şapte încăperi - lumi - care

poartă denumirile de Sfânta Sfintelor, Dorinţă, Iubire, Merit, Strălucirea excelenţei, Esenţa Cerului şi Structura Safirului. Multe din stările de spirit sau simţămintele pe care le avem, precum teama, mânia, ura, invidia şi aşa mai departe sunt considerate lumi în sine, realităţi separate. Bazat pe acest lucru, Baal Şem Tov a formulat preceptul că, indiferent de simţământul nostru, acesta reprezintă o lume conţinând o scânteie de Divinitate, care poate fi eliberată printr-o conştiinţă elevată.

80. Concepţia budistă este că fiecare moment are zeci de mii de începuturi. Ştiinţa modernă afirmă că fiecare moment al realităţii noastre subiective este compus din activarea a milioane de circuite sinaptice în creier. Mistica iudaică susţine că continuitatea timpului este o funcţie a fluxului neîntrerupt al forţei creatoare, care nu are trecut, viitor, început sau sfârşit, aşa cum le concepem noi.

81. Stephen Hawking, un savant de renume, a spus: „Principiul relaţiilor de imprecizie are implicaţii profunde asupra concepţiei noastre despre lume. Nici după trecerea a cincizeci de ani acestea nu au fost pe deplin recunoscute de mulţi filosofi... Principiul relaţiilor de imprecizie a semnalat sfârşitul... modelului determinist al universului; nu se pot prevedea cu exactitate evenimentele viitoare dacă nu se pot măsura cu precizie parametrii situaţiei prezente a universului". Stephen W. Hawking, *A Brief History of Time* [Scurtă istorie a timpului] (New York: Bantam Books, 1988), p. 55.

82. *Kiduşit Levi, Bereşit.* Reb Levi Iţhak mai spune că, dacă nu dobândim această înţelegere, rămânem prizonieri în capcana timpului şi spaţiului. Dar, dacă suntem capabili să ne conectăm la instantaneitatea

Creaţiei în desfăşurarea ei, avem posibilitatea să intrăm în starea contemplativă numită *ain* (Neant). Acesta este acelaşi *ain* la care se referea Isaac Orbul, un nivel de interconectare a tuturor lucrurilor, unde nu există separare în spaţiu sau limitare în timp. Acesta este domeniul conştiinţei mistice şi unul din obiectivele fundamentale urmărite prin practicarea misticii iudaice.

83. Bazat pe ebraicul: *Bereşit bara Elohim et ha-şamaim v'et ha areţ*. Cuvântul *bara* (a creat) are un pronume subînţeles. În mod obişnuit, traducătorii presupun că subiectul lui *bara* este *Elohim* (Dumnezeu a creat); dar se poate la fel de bine să fie „a creat", *Elohim* nefiind subiect, ci obiect (complement). Dacă ar fi complement direct, ar primi articolul *et*, dar în calitate de complement indirect - reprezentând ceva la plural, ceea ce reiese din structura cuvântului - nu primeşte articol. *Zoharul* consemnează: „Întru început [El] a creat *Elohim*" (*Zohar* I:15a).

84. În mistica iudaică, potenţialul pentru început provine dintr-o creaţie preexistentă, numită Neant. Astfel, forţa creatoare există anterior Neantului, care este anterior Începutului, care - la rândul său - este anterior numelor lui Dumnezeu din relatarea facerii. Primul verset din *Geneza* poate fi reprezentat în termeni matematici ca o progresie naturală. Neantul precede zero. Zero reprezintă începutul. Dumnezeu este unul, cerurile şi pământul reprezintă doi şi, după cum vom vedea, spaţiul este trei. Astfel, *En Sof* este anterior Neantului şi trebuie întâi să-l creeze pe acesta, înaintea numelor lui Dumnezeu.

85. *Encyclopedia Judaica* 9:35.

86. În mod evident, conştiinţa nu este acelaşi lucru cu gândirea, raţiunea. Conştiinţa este o realitate

atotcuprinzătoare şi omniprezentă; astfel că există conştiinţă în Neant. Unii mistici consideră conştiinţa drept principalul mediu unificator al Creaţiei. În felul acesta, conştiinţa ar însemna o altă definire a Divinităţii.

87. *Cântarea Cântărilor* 1:2.

88. Ibid., 2:6.

89. Ibid., 5:4-5.

90. Comentariul lui Abulafia la *Sefer HaYashar*, tradus de Moshe Idel în *Studies in Ecstatic Kabbalah*, p. 10.

91. Povestirile sufite fac deseori referire la o fiinţă magică, numită *Khdir*, care este un mesager înţelept şi un fel de profet.

92. Annemarie Schimmel, *Mystical Dimensions of Islam* [Repere mistice ale islamului] (Chapel Hill, NV: University of North Carolina Press, 1975), p. 165-166.

93. Aryeh Kaplan, *Chassidic Masters* (New Zork şi Ierusalim: Moznaim Publishing, 1984), p. 186; a se vedea, de asemenea, Elie Wiesel, *Souls of Fire* [Suflete înflăcărate] (Harmondsworth, Middlesex, England: Penguin, 1972), p. 175-193.

94. Zalman Schachter-Shalomi, *Paradigm Shift* (Northvale, NJ: Jason Aronson, 1993), p. 266-268.

95. *Psalmi* 111:10.

96. *Zohar* II:42b.

97. Ibid., I:21a.

98. *Baba Meţia* 59b.

99. *Deuteronomul* 30:11-14.

100. *Baba Meţia* 59b.

101. *Zohar* I:200a.

102. Idel, *New Perspectives*, p. 248.

103. *Pirkei Avot* 4:1.

PARTEA A DOUA: PREZENTUL

1. În realitate sunt numai două menţiuni ale *va-omer Elohim* în secţiunea de început a *Genezei*, cea de a zecea fiind presupusă a fi versetul prim *bara Elohim*, ceea ce poate fi interpretat ca „şi l-a creat pe Dumnezeu" - conform opiniei cabaliştilor - sau „şi Dumnezeu a creat". În oricare din cele două cazuri însă este vorba de o activitate creatoare, ceea ce implică o altă emanaţie - făcând astfel ca, în total, să fie zece. Mai există şi alte interpretări referitoare la cele zece enunţuri. A se vedea Aryeh Kaplan, *The Bahir* (New York: Samuel Weiser, 1979), p. 169.

2. Aryeh Kaplan, *Sefer Yetzirah* (York Beach, ME: Samuel Weiser, 1990), p. 14, 88.

3. Deseori apare o *sefirah* în plus, reprezentată între *binah* şi *hesed*. Aceasta se numeşte *daat* (cunoaşterea) şi foloseşte la echilibrarea Arborelui pentru cei ce se consideră *keter* ca reprezentând un aspect atât de inefabil încât transcede Arborele. Aşa că sunt numai zece *sefirot*, deşi ilustraţiile conţin de cele mai multe ori unsprezece, *daat* fiind desenată cu linie întreruptă pentru a indica natura sa efemeră.

4. Kaplan, *Sefer Yetzirah*, p. 199, 219.

5. Kaplan, *The Bahir*, p. 22, 23, 33, 35, 154-156.

6. A se vedea *Zohar* I:3b.

7. *Rosh Hashana* 21b.

8. Mişcarea *musar* se baza pe dezvoltarea unui mai profund simţ etic şi moral al individului. A fost fondată de Israel Salanter acum aproximativ 150 de ani din îngrijorarea că principiile etice, valorile şi morala erau în declin în comunităţile evreieşti. Ideea era de a încuraja studiul materialelor scrise care prezintă principiile unei vieţi bazate pe etică şi morală şi de a facilita practici care să fixeze şi să consolideze aceste principii.

9. Cea de a cincea zi este *hod* de *hesad*: aspectul de receptare şi acceptare al generozităţii mele. Sunt întotdeauna calculat când sunt generos sau sunt uneori absolut spontan? Îmi pun întrebarea ce va face primitorul cu ceea ce îi ofer? Îi judec pe primitori din punct de vedere al aspectului exterior sau al modului cum se prezintă? Cât de mult pot despărţi propria imagine despre mine de generozitatea mea? Cea de a şasea zi este *iesod* de *hesed*: armonia generozităţii mele. Simt echilibrarea universului în actul meu de generozitate? Mă simt susţinut, satisfăcut de cel căruia îi ofer în aceeaşi măsură în care îl susţin şi îl ajut eu? Ofer vreodată sub protecţia anonimatului şi mă simt împlinit? Am întotdeauna grijă să dau un anumit procent din venitul meu ca modalitate de a menţine armonia? Cea de a şasea zi este *malkut* de *hesed*: realitatea fizică a generozităţii mele. Eu o numesc caracteristica cedării, renunţării. Privind împrejurul meu, consider că am exact cât cred că am nevoie, mult mai mult sau mult mai puţin? Pot să fac ceva în această privinţă? Cunosc vreo situaţia în care pot face ceva anume ce ar putea schimba viaţa cuiva?

Pot să practic exerciţii care să-mi îmbunătăţească relaţia cu generozitatea mea? Sunt capabil să cedez într-o asemenea măsură încât să mă schimb? Apoi, începem cea de a doua săptămână: *ghevorah*. Prima zi va fi *hesed* de *ghevorah*: Care este aspectul generos al reţinerii mele? Cea de a doua zi este *ghevorah* de *ghevorah*: În ce constă strângerea de inimă a reţinerii mele? Cea de a treia zi este *tiferet* de *ghevorah*: În ce constă caracterul de compasiune al reţinerii mele? Şi aşa mai departe.

10. Cele cinci lumi sunt derivate dintr-o frază din *Isaia* (43:7): „Tot şi toate [din existenţă] ce poartă numele meu pentru slava mea le-am creat, le-am format şi le-am făcut". „Numele meu" reprezintă universul numit *adam kadmon*; „slava mea" reprezintă universul *aţilut*. Celelalte trei provin din cuvintele folosite în verset: „creat" este *beriah*, „format" este *ieţirah*, iar „făcut" este *asiah*.

11. *Zohar* I:83b.

12. Ibid., I:62b.

13. Ibid., I:206a.

14. *Proverbe* 20:27. A se vedea *Zohar* II:99b, unde se evidenţiază faptul că lampa/sfeşnicul *(ner)* este ortografiat *nun-reş*. *Nun* reprezintă *neşama*, iar *reş* reprezintă *ruah*. *Ner* înseamnă totodată lumânare. Relaţia *ner*-suflet este motivul esoteric pentru care se foloseşte o lumânare pentru căutarea *hameţ* în ziua precedentă Pesah.

15. *Devekut* este în iudaism ceea ce înseamnă în alte tradiţii *nirvana*, *satori* sau alte stări de conştiinţă elevată.

16. Baal Şem Tov era recunoscut pentru faptul că avea trei puteri supranaturale: putea vedea în trecut şi în viitor, ştia ce se petrece în diferite părţi ale lumii în orice moment şi putea comprima spaţiul într-un fel care-i permitea să parcurgă sute de kilometri cu calul şi trăsura în numai câteva ore. Fiecare din aceste aspecte are legătură cu principiul cabalistic fundamental potrivit căruia Creaţia este structurată pe niveluri de conştiinţă.

Toată lumea ştie că imaginaţia noastră este aproape nemărginită. Visele noastre, de exemplu, ne poartă instantaneu în tărâmuri stranii şi îndepărtate. Nu există nici un fel de constrângeri de ordin spaţial asupra conştientului în acest sens. De fapt, cu toţii avem experienţe de scurtare a drumului; doar că nu ne dăm seama de asta. De pildă, atunci când un prieten bun sau o rudă apropiată este în necaz, are nevoie de ajutor, este bolnav pe moarte sau tocmai a murit, mulţi oameni au simţământul că o voce interioară misterioasă le spune că se petrece ceva grav. Asta se întâmplă spontan şi la mari distanţe între persoanele implicate. Deseori ştim că mama sau tata au murit înainte să ni se comunice acest lucru, sau simţim ceva rău-prevestitor în felul cum sună telefonul. Unii au parte de o astfel de experienţă o dată în viaţă; alţii primesc asemenea mesaje cu regularitate, la anumite intervale. Toate acestea sunt exemple ale fenomenului de scurtare a distanţei. Spaţiul dispare; este ca şi cum două persoane s-ar afla împreună în acelaşi moment, deşi, din punct de vedere fizic, se află la mii de kilometri distanţă. Fenomenul rămâne un mister pentru ştiinţă. Conceptul de *kefiţat ha-derek*, scurtare a drumului, este foarte vechi. În el rezidă explicaţia a trei evenimente biblice. *Talmudul* consemnează: „Pământul s-a contractat pentru trei

personaje [biblice]: Eliezer, servitorul lui Abraham; părintele nostru Iacob; şi Avishai, fiul lui Zeruiah". (*Sanhedrin* 95a). Pentru mai multe informaţii privind *keftzat ha-derek*, a se vedea Gedalyah Nigel, *Magic, Mysticism and Hasidism: The Supernatural in Jewish Thought* [Magie, mistică şi hasidism: Supranatural în concepţia iudaismului] (Northvale, NJ: Jason Aronson, 1994), p. 33-50, unde există un întreg capitol dedicat acestui subiect.

17. *Elohai neşma şenetatabi, tehora he.*

18. Tendinţa noastră normală este să ne întrebăm în legătură cu personalităţile malefice, hitlerii din istorie sau autorii masacrelor în masă din vremurile noastre: Cum se poate ca şi ei să aibă suflete pure? Acestea sunt probleme profunde ce ţin de conceptele de bine şi de rău, ale căror aspecte sunt prezentate mai târziu în această carte. Dar, în esenţă, trebuie să ne punem întrebarea: Ar fi putut Hitler exista independent, separat de sursa Creaţiei? Întrebările de genul acesta transced raţionalul şi pot fi abordate numai la nivel mistic, prin credinţă. Dar, majoritatea oamenilor nu sunt Hitler şi nu trebuie să ne lăsăm izolaţi şi însinguraţi de paranoica teamă de Hitlerii omenirii. Bătălia dintre bine şi rău este câştigată sau pierdută în funcţie de decizia noastră de a ne consacra binelui, în ciuda prezenţei răului, care - prin natura sa - încearcă să ne ţină departe de spiritul sfânt.

19. *Zohar* I:91b.

20. Asta are legătură cu cele 613 porunci care formează corpusul principal al Legii iudaice, din care sunt derivate mii de alte porunci suplimentare.

21. Gershom Scholem, *Kabbalah* (Ierusalim: Keter Publishing, 1974), p. 162; a se vedea, de asemenea, *Encyclopedia Judaica*, vol. 10, p. 615.

22. Allen Afterman, *Kabbalah and Consciousness* [Cabala şi conştiinţa] (New York: Sheep Meadow Press, 1992), p. 48; a se vedea şi *Encyclopedia Judaica*, 7:576.

23. *Zohar* I:137a.

24. A se vedea *Zohar* I:208a.

25. Fritjof Capra, *The Tao of Physics* [Daoismul fizicii] (Boulder, CO: Shambhala, 1975), p. 55. Capra foloseşte o altă metaforă, spunând că atomii dintr-o portocală mărită la dimensiunile globului pământesc vor fi de mărimea unor cireşe.

26. *Zohar* II:13b.

27. Ibid., I:103b.

28. Ibid., I:190b.

29. Homosexualitatea este o problemă extrem de spinoasă în iudaismul de practică generală. Nu există precepte prohibitive în ceea ce priveşte lesbianismul, dar homosexualitatea masculină este în mod explicit interzisă în *Tora*. În cadrul curentului de renaştere a iudaismului s-au făcut eforturi semnificative în direcţia reanalizării acestor probleme şi găsirii unor noi modalităţi de înţelegere a legilor. Cei interesaţi de acest aspect sunt sfătuiţi să contacteze organizaţia generală de renaştere iudaică: Aleph, Alianţa pentru Renaştere Iudaică, 7318 Germantown Avenue, Philadelphia, PA 19119-1973.

30. Aryeh Kaplan, *Jewish Meditation* [Meditaţia iudaică] (New York: Schocken Books, 1985), p. 157.

31. Ibid., p. 159.

32. *Geneza* 30:37-38.

33. *Zohar* I:140b.

34. Ibid., I:180b.

35. Ibid., I:235a.

36. Proverbe 5:15.

37. *Zohar* I:235a.

38. Valoarea literei *lamed* este 30, a literei *vav* este 6; astfel *lamed-vav* este un mod de a exprima numărul 36. Un *ţadik* este un om pios, drept şi milostiv, considerat adesea un sfânt. Tradiţia spune că în lume se află în permanenţă 36 de astfel de sfinţi *(lamed-vav ţadikim)*, care fac în secret lucrarea Domnului.

39. *Rosh Hashana* 16b.

40. *Zohar* I:181a.

41. *Betzah* 16a.

42. Ibid.

43. Data este calculată ca fiind 165 î.e.n. (înaintea erei noastre). A se vedea Scherman şi Zlotowitz, *Chanukah* (Brooklyn, NY: Artscroll Mesorah Series, 1981), p. 90.

44. *Midraş Rabah, Exodul* 21:6.

45. *Ieremia* 5:22. „Nu vă temeţi de mine? zice Domnul. Şi nu tremuraţi înaintea mea, care am pus nisipul hotar împrejurul mării, graniţă veşnică peste care am precizat că nu se trece?".

46. *Midras Rabah, Geneza* 5:5.

47. Un midraş mai explicit aduce o probă în această chestiune. Versetul spune că, după ce s-a despicat, „spre ziuă marea s-a întors la locul aflat în puterea ei

(le-etano)" (*Exodul* 14:27). Cuvântul ebraic pentru „în puterea ei", *le-etano*, sună la fel ca *le-hitano*, care înseamnă „aşa cum a fost precizat [anterior]". Astfel, enunţul poate fi „marea s-a întors, aşa cum era hotărât [la starea sa anterioară]". *Le-etano* se ortografiază *lamed-alef-iod-tav-nun-vav*; *le-hitano* se scrie *lamed-hei-tav-nun-vav*. Diferenţa dintre ele este că unul are un *iod*, iar celălalt un *hei* - *alef* este mut. Pentru cabalişti substituirea lui *iod* cu un *hei* semnalează o intervenţie divină, pentru că acestea sunt primele două litere din tetragramă.

48. *Encyclopedia Judaica* 12:78.

49. James Gleick, *Chaos: Making a New Science* [Haosul: Crearea unei ştiinţe noi] (New York: Penguin, 1987), p. 23.

50. Louis Ginzberg, *The Legends of the Jews*, 7 vol. (Philadelphia: The Jewish Publication Society of America, 1937), vol. 1, p. 140; vol. 5, p. 71.

51. Ibid., 5:71.

52. Ibid., 1:140-141.

53. Ibid., 1:52.

54. Ibid.

55. Ibid., 1:54.

56. Ibid., 1:55.

57. *Zohar* I:55b.

58. *Geneza* 1:3.

59. Conform gramaticii folosite în *Biblie*, atunci când „şi" precede un verb, timpul acestuia este deseori reversat. Asta se numeşte „*vav* consecutiv" şi este motivul pentru care în mod normal sintagma se citeşte drept „şi

a fost lumină". Dar, dacă nu ţinem seama de aceste reguli gramaticale - ceea ce este acceptabil când se aplică regulile hermeneuticii - propoziţia nu-şi schimbă timpul.

60. *Zohar* I:46a.

61. *Midrash Tanhuma, Va-yeshev* 4.

62. *Exodul* 24:18.

63. La rugul arzând (*Exodul* 3:14), Moise a aflat unul din numele lui Dumnezeu: *Eheie Aşer Eheie* (Eu sunt şi voi fi ceea ce sunt). Cuvântul *Eheie* este scris *alef-hei-iod-hei*, ceea ce reprezintă o variantă a numelui din patru litere, în care una din litere se repetă, poate fi permutat în douăsprezece combinaţii: 1232, 1322, 1223, 3231, 3321, 3221, 2132, 2312, 2123, 2321, 2213, 2231. Pronunţarea acestor douăsprezece combinaţii este formula magică a cabaliştilor ce le îngăduie să treacă de poarta păzită de îngerul Kamuel (deşteptarea lui Dumnezeu).

64. *Zohar* II:58a.

65. Peste 40 de milioane de kilometri. (Fiecare miriad reprezintă 10.000 de parasangi; fiecare parasang are aproximativ 4 km.).

66. *Zohar* II:58a.

67. Ginzberg, *Legends*, 3:111; a se vedea, de asemenea, *Hagigah* 13b.

68. Ibid., 3:112.

69. Ibid., 3:114.

70. Sunt zece niveluri ierarhice îngereşti ce corespund celor zece emanaţii ale Creaţiei. Acestea sunt: *malahim, erelim, serafim, haiot* (creaturi vii), *ofanim,*

hamshalim, *elim*, *elohim*, *bene elohim* (fii ai lui *elohim*) şi *işim* („oameni" divini). (*Zohar* II:43a).

71. A se vedea Ginzberg, *Legends*, 5:96.

72. Ginzberg, *Legends*, 4:151.

73. Ibid., 4:100.

74. *Encyclopedia Judaica* 5:1523-1524.

75. *Hagigah* 16a.

76. *Pesahim* 112b.

77. Ibid.

78. Ginzberg, *Legends*, 4:166.

79. Construirea altarului nu putea fi făcută cu unelte metalice. „De vei face un altar de piatră, să nu-l faci de piatră cioplită; că de vei folosi unealtă de fier pe ea, o vei pângări" (*Exodul* 20:22).

80. Ginzberg, *Legends*, 4:150-152.

81. Ibid., 4:168-172.

82. Ibid.

83. Ibid., 7:31-32.

84. *Midraş Rabah*, *Geneza* 10:6.

85. *Zohar* I:92b.

86. Ibid., I:189a.

87. *Geneza* 28:10.

88. Ginzberg, *Legends*, 1:132, 5:159.

89. Ibid., 1:36.

90. Un parasang reprezintă aproximativ 4 km. A se vedea Adin Steinsaltz, *The Talmud: A Reference guide* (New York: Random House, 1989), p. 283.

91. *Chullin* 91b.

92. *Midraş Rabah, Geneza* 68:12.

93. *Zohar* I:150a.

94. Ginzberg, *Legends*, 5:290-291.

95. *Megillah* 7b.

96. *Baruch Mordecai* este *bet* (2) - *reş* (200) - *vav* (6) - *kaf* (20) - *mem* (40) - *reş* (200) - *dalet* (4) - *kaf* (20) şi *vod* (10). Total: 502. *Arur haman* este *alef* (1) - *reş* (200) - *vav* (6) - *reş* (200) - *hei* (5) - *mem* (40) - *nun* (50). Total: 502.

97. Ambele au valoarea totală de 358.

98. Am auzit prima dată de analogia cu Banda lui Mobius de la rab Joel Baks din Ierusalim.

99. *Yom ha-Kipurim* poate fi citit „o zi ca Purimul".

100. *Zohar* II:69a-b.

101. Realitatea, aşa cum o cunoaştem noi, se va schimba în era conştiinţei mesianice, iar atunci răul se va transforma în altceva.

PARTEA A TREIA: CONŞTIINŢA ELEVATĂ

1. *Encyclopedia Judaica*, vol. 10, p. 494.

2. *Hagigah* 11b.

3. Ibid., 14b.

4. Aryeh Kaplan, *Sefer Yetzirah*, p. XVIII.

5. Unele dintre acestea au fost traduse; a se vedea Aryeh Kaplan, *Meditation and Kabbalah*, p. 19-54.

6. A se vedea Moshe Idel, *Studies in Ecstatic Kabbalah.*

7. *Ezechiel* 1:16-20.

8. Ibid., 10:15-16.

9. Observaţi jocul de cuvinte din versetul următor: „Călărea *(rakav)* pe un heruvim *(karuv)* şi zbura; venea plutind pe aripile spiritului" (*Psalmi* 18:11).

10. *Exodul* 25:22.

11. Aryeh Kaplan, *Inner Space*, p. 32; Kaplan, *Sefer Yetyirah*, p. 36.

12. *Zoharul* afirmă că există diferite niveluri de experienţe pozitive sau negative. Orice acţiuni ale cuiva din domeniul pozitivului vor atrage influenţe pozitive. În cazul acţiunilor negative se întâmplă exact contrariul, pentru că acestea atrag influenţe negative. Fiecare din cele două laturi opuse va atrage mai adânc persoana în interiorul său, astfel încât trebuie să fim atenţi la fiecare opţiune pe care o facem. (*Zohar* I:195b). Un mod de a tălmăci asta în limbaj contemporan este că există niveluri de conştiinţă elevată şi niveluri de conştiinţă inferioară. O persoană atrasă către nivelurile elevate primeşte stimulente pozitive şi tinde să rămână la acele niveluri elevate. O persoană atrasă de fapte ce ţin de conştiinţa inferioară se obişnuieşte cu acest mod de comportament şi generează astfel forţe negative, care - în cele din urmă - îşi iau ceea ce le aparţine.

13. Martin Buber, *Tales of the Hasidim: Early Masters* [Povestiri hasidice: Maeştrii ai perioadei de început] (New York: Schocken Books, 1947), p. 66.

14. A se vedea Sogyal Rinpoche, *The Tibetan Book of Living and Dying* [Cartea tibetană despre viaţă şi moarte] (San Francisco: Harper San Francisco, 1992), p. 150-169, pentru o excelentă descriere a practicii *Dzogchen*.

15. Un holograf foloseşte un laser pentru a imprima un model de difracţie pe o placă fotografică; proiectând o rază laser prin această placă, putem apoi obţine o imagine tridimensională a ceea ce este imprimat pe ea. Uimitor este faptul că, dacă placa fotografică este spartă în bucăţi, proiectarea unei raze laser prin oricare dintre aceste fragmente va reda totuşi imaginea completă de pe placa întreagă.

16. *Shabbat* 127a.

17. *Pesahim* 54a.

18. *Sanhedrin* 98a.

19. Ibid., 97a.

20. Idel, *Studies in Ecstatic Kabbalah*, p. 60.

21. Ibid.

22. Moshe Idel, *Kabbalah: New Perspectives*, p. 259.

23. *Midraş Rabah*, *Cântarea Cântărilor* 5:3.

24. *Avoda Zara* 20b. Cele douăsprezece etape sunt asemănătoare cu calea budistă a *bodhisatva*. Însuşirile dobândite sunt similare, dar preponderenţa lor diferă. Calea *bodhisatva* cuprinde: *dana* (dăruirea dezinteresată), *sila* (moralitatea), *kşanti* (răbdarea), *viria* (interesul), *dhiana* (meditaţia) şi *prajna* (înţelepciunea supremă). *Dana* corespunde lui *hasidut* (acte de milostenie şi bunătate); *sila* corespunde lui *zhirut* (rigoare), *n'kiut* (curăţenie) şi *tahara* (puritate); *kşanti* lui *anavah* (modestie, smerenie); *viria* lui *zrizut*

(vigilență); *dhina* lui *prișut* (reținere, cumpătare/ separare); iar *prajna* lui *talmud torah* (înțelepciune).

25. Moise Haim Luzzatto, *The Path of the Just* [Calea celui drept], trad. Shraga Silverstein (Ierusalim: Feldheim Publishers, 1980).

26. Ibid., capitolul 5.

27. Ibid., capitolul 9.

28. *Baba Bathra* 10a.

29. Cuvântul *șnorer* se folosește uneori cu sens peiorativ (cerșetor, milog, vagabond). Nu aceasta este însă intenția mea. Am folosit în mod intenționat cuvântul *șnorer* mai des decât cel de cerșetor pentru a sugera parametrii diferiți ai procesului. Așa cum arăt în această secțiune, conceptul de *țedakah* este total diferit de cel de pomană, iar cel care se ocupă cu activitatea de *șnorer* este considerat un suflet demn, căruia i-a fost dată această îndatorire importantă în viață de către Dumnezeu.

30. *Baba Batha* 9a.

31. *Zohar* I:104a.

32. Avram Greenbaum, trad., *Advice: rabi Nachman of Breslov* [Sfaturi din partea lui rabi Nahman din Brațlav] (Ierusalim: Breslov Research Institute, 1983), p. 239; din *Likutey Moharan* II:4, 1-2.

33. *Baba Bathra* 10b, referitor la versetul: „Dreptatea *(țedakah)* înalță un popor, dar favoarea oamenilor e păcat" (*Proverbe* 14:34). Sensul textului este că oferirea de *țedakah* cu cele mai pure intenții, fără implicarea unor obligații sau din alte interese, este mult superioară oferirii de milostenie din anumite motive. În aceeași secțiune a *Talmudului* se arată că, cea mai bună modalitate de a da milostenie este prin

intermediul unei cutii a milelor, astfel ca donatorul şi primitorul să nu se cunoască. Caracterul anonim al donaţiei este important, căci astfel donatorul rămâne neimplicat din punct de vedere personal (iar primitorul nu este apăsat de povara psihologică a simţământului de obligaţie).

34. *Baba Bathra* 9b.

35. Ajutorarea altora nu trebuie făcută cu preţul sărăcirii noastre, devenind astfel, la rândul nostru, o povară pentru societate. Preceptul de a fi „înclinat, doritor" de a da milostenie se referă mai mult la starea de spirit a individului. Nu trebuie interpretat ca însemnând să dăm tot ce avem, cu speranţa că vom fi răsplătiţi.

36. *Sukkah* 49b.

37. *Berachot* 40a.

38. *Shabbat* 128b.

39. *Encyclopedia Judaica* 3:6.

40. *Hullin* 7b.

41. *Encyclopedia Judaica* 3:7.

42. *Zohar* II:63b.

43. Ibid., II:33b.

44. Ibid., II:42a.

45. *Eclesiastul* 1:2.

46. Ibid., 2:17.

47. *Zohar* II:59a.

48. Ibid., I:201a.

49. A se vedea *Mişna*, *Peah* 1:1; inclusă în *Mişna* este şi cantitatea de produse pe care le lăsăm nerecoltate „în

colțul ogorului" pentru a fi adunată de săraci, cantitatea de „prime roade" pe care o aducem ca ofrandă preoților, numărul de ocazii cu care cineva poate merge în pelerinaj la sanctuarul din Ierusalim într-un an, valoarea ofrandei aduse de fiecare dată, ca și volumul de studiu al *Torei* pe care îl putem face.

50. Bahia ibn Pakuda, *Duties of the Heart* [Îndatoririle inimii], 2 vol. (New York: Feldheim, 1962), 2:295.

51. Ibid., p. 303.

52. *Nedarim* 62a.

53. Luzzatto, *Path of the Just*, p. 212.

54. Greenbaum, *Advice: rabi Nachman*, p. 250.

55. Ibid., p. 251.

56. *Yoma* 86b.

57. Aryeh Kaplan, *Chassidic Masters*, p. 110.

58. Ibid., capitolul 23.

59. Ibid.

60. *Psalmi* 111:10.

61. *Berachot* 60a.

62. Luzzatto, *Path of the Just*, capitolul 25.

63. *Pirkei Avot* I:17.

64. *Zohar* I:2a.

65. Gershom Scholem, *Major Trends in Jewish Mysticism*, p. 136.

66. David A. Cooper, *Silence, Simplicity and Solitude*, p. 59-73.

67. *Ezechiel* 1:4.

68. *Chagigah* 13b.

69. 1 Regi 19:11-12.

70. *Israel* este denumirea codificată pentru acea esenţă a vieţii care tânjeşte să fie reunită cu Creatorul său. Cuvântul *Israel* este compus din două cuvinte: *iaşar* şi *El*. *Iaşar* înseamnă „a merge drept", iar *El* este unul din numele lui Dumnezeu. Aspectul din fiecare fiinţă care tinde să margă direct la Dumnezeu este numit *Israel*. Fiecare cunoaşte acea parte din sine care doreşte să fie cu Dumnezeu. Acesta este sensul mistic al naţiunii lui Israel; nu este o localizare geografică pentru că se extinde în întregul univers.

71. Idel, *Ecstatic Kabbalah*, p. 113; Scholem, *Major Trends*, p. 97.

72. Maghidul din Meserici, Dov Ber Friedman, care a fost unul din discipolii mai marcanţi ai lui Baal Şem Tov, a spus: „Ceea ce se urmăreşte este ca oamenii să preceadă actul rugăciunii cu actul de a se dezbăra de corporalitate. Oamenii sunt finiţi şi au anumite limite, dar se pot face [precum] neantul, fără limită. Pot face asta canalizându-şi toate eforturile numai către Dumnezeu, şi către nimic altceva, nici măcar către sine însăşi. Dar acest lucru este imposibil, dacă nu se transformă ei înşişi în nimic". *Sefer Shemuah Tovah* 79b, citat de David S. Ariel, *The Mystic Quest* [Demersul Mistic] (New York: Schocken Books, 1988), p. 179-180. (Citatul a fost prelucrat pentru neutralizarea referirilor la gen).

73. Rabi Israel Haupstein, *Avodat Israel, Teruma*, 31b; citat în Kaplan, *Chassidic Masters*, p. 139. Evidenţierea cu caractere cursive îmi aparţine; am tradus *ţadik* ca „lider spiritual".

74. *Kedushit Levi, Bereshit.*

75. Ibid.

76. Kaplan, *Sefer Yetzirah*, p. 71.

77. *Exodul* 31:3. Aceasta se referă la Beţaleel, artistul care a confecţionat primul *mişkan*, Chivotul Legământului, pe care cabaliştii îl consideră arhetipul organizării cosmice reprezentând sfinţenia.

78. Unul din cei mai vestiţi a fost dascălul indian Ramana Maharshi, care şi-a părăsit trupul în 1950. Când discipolii, care se aflau de faţă în clipele trecerii sale în moarte, l-au rugat îngrijoraţi: „Maestre, te rugăm, nu ne părăsi", răspunsul său a fost: „Unde m-aş putea duce?".

PARTEA A PATRA: DINCOLO DE ACEASTĂ VIAŢĂ

1. „Cinsteşte pe tatăl tău şi pe mama ta... ca să trăieşti ani mulţi şi să-ţi fie bine" *Deuteronomul* 5:16; „Să nu iei pasărea-mamă împreună cu puii... ca să-ţi fie bine şi să se înmulţească zilele tale" Deueronomul 22:6-7.

2. *Hullin* 142a.

3. Ibid.

4. „Măsura cu care măsoară o persoană i se înapoiază întocmai" *Sotah* 8b (*Mişna*).

5. *Pirkei Avot* 5:8-9.

6. Ibid., 1:3.

7. *Shabbat* 32b, bazat pe Iov 33:23: „Dacă atunci se află lângă el un înger, un mijlocitor, unul dintr-o mie, care

să-i arate omului calea cea dreaptă, Dumnezeu se milostivește de el și zice: «Izbăvește-l ca să nu cadă în prăpastie»".

8. Ibid.

9. Ibid.

10. *Baba Bathra* 16a-b.

11. În acest exemplu s-ar putea spune că Divina Providență face totul: ea o determină pe capra-mamă să urce pe munte, să intre în durerile facerii acolo și să nască într-un anume moment. Din perspectiva liberului arbitru, capra este atrasă către crestele muntelui din instinct. Nici una dintre opinii nu este corectă. Mai degrabă s-ar zice că procesul de inter-relaționare este continuu: ambele părți implicate evoluează împreună și fiecare moment este o interacțiune spontană. De asemenea, unii ar observa că e straniu că înțelepții au folosit un vultur pentru a simboliza acest act, când un porumbel sau oricare pasăre mai blândă ar fi fost mai adecvată. Nu ne putem opri să ne imaginăm ce ar face un vultur cu un pui de capră nou-născut. Mistica îi prezintă deseori pe vulturi drept salvatori, dar ei pot fi și păsări de pradă. Providența Divină salvează vieți, dar le și ia.

12. *Zoharul* afirmă că, atunci când i se apropie moartea, orice persoană își poate evalua viața dintr-o nouă perspectivă, astfel că evenimentele sunt apreciate într-un mod cu totul diferit, innacesibil până în acel moment. *Zohar* I:79a.

13. *Encyclopedia Judaica*, vol. 5, p. 1425-1426.

14. Ibid.

15. Ibid., 15:1188-1189.

16. *Zohar* I:226a-b.

17. Ibid., II:225a.

18. *Ţadik* este, de fapt, un întreg univers de conştiinţă din care provin *ţadikim* (sfinţii) individuali. Conform Cabalei lurianice, atunci când, în procesul spargerii vaselor, scânteile de Divinitate s-au prăbuşit şi au fost acoperite de învelişuri, unele din ele nu au căzut şi au rămas în stare de puritate adamică. Tocmai aceste scântei reprezintă sursa universului *ţadik*. *Ţadik* este definit drept „cel care este adevăratul sprijin al lumii". *Zohar* I:82a.

19. Ibid., I:225b.

20. Ibid.

21. Ibid., I:56b.

22. *Encyclopedia Judaica* 7:574.

23. Numărul 236 provine din *Psalmi* 147:5 - „Mare este Domnul nostru şi mare este puterea Sa". Cuvintele „mare este puterea sa" *(v'rav koah)* au în ghematrie valoarea 236. Astfel, propoziţia poate fi citită: „Mărimea (înălţimea) Domnului nostru este 236)."

24. Simcha Paull Raphael, *Jewish Views of the Afterlife*, p. 319.

25. Ibid., p. 320; citează *Tikkunei Zohar* 70:132.

26. *Pirkei Avot* 4:16.

27. Paramahansa Yogananda, *Authobiography of a Yogi* [Autobiografia unui yogin] (Los Angeles: Self Realization Fellowship, 1995), p. 320-321.

28. Richard M. Bucke, *Cosmic Consciousness* [Conştiinţa cosmică] (New York: E.P. Dutton, 1901), p. 329.

29. Ibid., p. 152.

30. William Chittick, *The Sufi Path of Love* [Calea sufită a iubirii] (Albany, NY: State University of New York Press, 1983), p. 185.

31. Gershom Scholem, *Major Trends in Jewish Mysticism*, p. 151.

32. Philip Kapleau, *Three Pillars of Zen* [Trei piloni ai lui Zen] (New York: Doubleday, 1980), p. 167.

33. *Zohar*, II:61b.

34. De ce a fost necesar ca rabi Jesse să audă o voce cerească înainte de a-l trata pe muribund? De ce nu a încercat să-l tămăduiască fără intervenţia vocii celeste? Povestirea spune că s-a folosit de magie, de o plantă „specială", pentru a salva viaţa omului. Acest gen de magie nu era utilizat de cabalişti fără discriminare. Am văzut că soarta poate fi schimbată, dar, uneori, trebuie să ne şi resemnăm şi să o acceptăm aşa cum este. Luarea deciziilor în această privinţă este un lucru dificil. Ceea ce evidenţiază povestirea este faptul că rabi a fost prevenit că în situaţia respectivă era nevoie să se intervină. Cuvintele-cheie din relatare sunt „înainte de sorocul său". Odată ce rabi Jesse a fost încunoştiinţat de acest fapt, a putut acţiona. Astfel, i s-a oferit posibilitatea nu numai de a salva viaţa omului respectiv, ci şi de a schimba soarta care i-ar fi aşteptat pe alţi locuiori ai oraşului. Modul în care putem să ne jucăm cu soarta este, inevitabil, o sursă de profunde interogări şi reflecţie.

35. *Zohar* II:61b.

36. *Berachot* 8a. Numărul 903 este dedus prin ghematria din cuvântul *toza'ot* din Psalmul 68-21 - „Şi ale Domnului Dumnezeu sunt ieşirile *(toza'ot)* morţii".

37. Rabinii susţin că şapte lucruri nu ne sunt dezvăluite: ziua morţii, ziua eliberării de griji şi necazuri, amploarea judecăţii, ce se află în inima aproapelui, de unde vor proveni resursele noastre financiare, când se va instaura conştiinţa mesianică şi când va fi eliminat total răul. *Pesahim* 54b.

38. Louis Ginzberg, *The Legends of the Jews*, vol. 4, p. 113-114.

39. *Ketubot* 77b.

40. Ibid.

41. Sunt enumeraţi în total unsprezece: cei cinci menţionaţi în textul nostru, plus Hiram - regele Tirului; Eliezer - servitorul lui Abraham; Jabez; Ebedmelech, etiopianul; Honadab, rehabitul; sclavul lui rabi Iuda ha-Nasi. Ginzberg, *Legends*, 5:96.

42. *Zohar*, I:160b.

43. *Moed Katan* 28a.

44. Ibid.

45. *Zohar* I:183a.

46. Ibid., I:200a şi I:83a.

47. Ibid., I:92a.

48. Ibid., I:121b.

49. Ibid., I:183a.

50. Ibid.

51. Ibid., I:183b.

52. *Tora* şi *Talmudul* prezintă multe genuri de vise. Aproape toate îi oferă celui care visează accesul în alte tărâmuri ale realităţii. Celebrul vis al lui Iacob cu scara, dezvăluie starea lui de spirit, el aflându-se într-o

etapă de transformare din viaţă. Capacitatea lui Iosif de a interpreta visele Faraonului demonstrează caracterul profetic al viselor (*Geneza* 41:25-27). Putinţa lui Daniel de a descrie un vis pe care Nabucodonosor nu şi-l putea aminti implică faptul că visul poate trece de persoana care l-a visat, conectându-se la o realitate cosmică ce va afecta destinul întregii lumi (*Daniel* 2:31-45). A se vedea, de asemenea, *Zohar* I:196a.

53. *Eruvin* 13b.

54. *Zohar* I:217b.

55. Ibid.

56. Asistentele medicale din cămine au observat că, atunci când pacienţii povestesc că şi-au văzut sau visat rudele apropiate care sunt decedate, acesta este un semn că ei înşişi vor muri curând.

57. *Zohar* I:218a.

58. Rebe Nahman din Braţlav, *Likutey Moharan* II:119.

59. *Encyclopedia Judaica*, 7:357, 12:997.

60. Ieremia 7:32.

61. *Şeol* provine din *Geneză* 37:35, atunci când Iacob, jelind pierderea fiului său Iosif, a spus că se va coborî în *Şeol* - „şi-l plângea astfel tatăl său". În *Numeri* 16:33, Korach şi cei ce se răzvrătiseră împreună cu el sunt înghiţiţi de pământ şi coborâţi „de vii" în *Şeol*. *Şeol* înseamnă „a întreba, a chestiona", ceea ce implică faptul că este un loc unde întrebările noastre nu capătă niciodată răspuns, lucru reprezentat de un părinte care-şi pierde copilul. Poate fi totodată un loc în care sfârşim când încălcăm credinţa printr-o continuă punere sub semnul întrebării, lucru întruchipat de Korach.

62. *Encyclopedia Judaica* 12:997.

63. *Rosh Hashana* 16b-17a.

64. „Păcatul" este să nu crezi în posibilitatea învierii într-un moment din viitor. Vom vedea mai târziu în acest capitol că există divergenţe de opinii în ceea ce priveşte ceea ce înseamnă, de fapt, învierea.

65. Ibid. Şcoala lui Hilel susţinea că „Dumnezeu este plin de milostivire şi [astfel] înclină [balanţa judecăţii] către îndurare". *Talmudul* dezbate sensul acestei afirmţii. Este nelegiuirea iertată de pe partea păcatelor sau este milostivirea adăugată de partea faptelor bune? Există păcate pentru care sufletul este distrus înainte de sosirea erei mesianice sau sunt izbăvite toate sufletele? Aceste întrebări au rămas fără răspuns.

66. *Nedarim* 8b.

67. *Pesahim* 94a.

68. *Encyclopedia Judaica* 14:100. Unii susţin că sunt trei ere distincte: vremea lui Mesia, învierea sufletelor şi, în sfârşit, lumea ce va să vină. Alţii sunt de părere că lumea ce va să vină precede învierea. Aceste periodizări diferite sunt menite să susţină anumite enunţuri ce par contraditorii, dar toate cad în capcana gândirii lineare, ca şi când timpul ar continua în noua realitate aşa cum îl cunoaştem în realitatea prezentă.

69. *Nedarim* 8b.

70. Ginzeberg, *Legends*, 1:18-23.

71. *Pesikta Rabbatai* 52:3, citat de Raphael, *Afterlife*, p. 150.

72. *Zohar* II:84a.

73. Maimonide, *Helek Sanhedrin*, capitolul 10; a se vedea Isadore Twersky, *A Maimonide's Reader* (New York: Behrman House, 1972), p. 417-423.

74. *Ghevurot.*

75. *Mişna, Sanhedrin* 10:1.

76. Literele din numele lui Adam (*alef, dalet* şi *mem*) sunt considerate ca reprezentând trei stadii ale procesului implicând „scânteile de suflet" *(niţozot ha-neşamot).* primul stadiu: Adam *(alef),* când scânteile au căzut. Al doilea stadiu: David *(dalet),* procesul de izbăvire şi înălţare a scânteilor (perioada în care ne aflăm). Cel de al treilea stadiu: Mesia *(mem),* completa mântuire şi redresare a tuturor scânteilor - lumea ce va să vină.

77. *Zohar* I:108a.

78. Ibid., I:124a.

79. *Exodul* 34:29.35.

80. *Zohar* II:28b.

81. Ibid., I:130b.

82. *Midraş Rabah, Eclesiastul* 12:5.

83. Ibid.

84. Allen Afterman, *Kabbalah and Consciousness*, p. 66.

85. *Zohar* II:106b.

86. *Encyclopedia Judaica* 4:360, 7:240-245.

87. Ibid.

Ibid., 15:180.

INDEX

Abaie, 203
Abel, 161, 228
Abraham, 117, 181, 199, 215, 216, 228, 269, 375, 422
Abulafia, Abraham, 15, 109, 243, 260, 309
Akiva, 243
Alexandru Macedon, 83

Baal Şem Tov, 28, 31, 51, 52, 54, 122, 148, 149, 150, 152, 153, 154, 155, 156, 157, 220, 233, 249, 294, 310, 339, 340, 341, 342, 343, 344, 345, 346, 378, 379, 404, 405, 406
Bahia ibn Pakuda, 287

Cain, 161, 228
Carlebach, Shlomo, 18, 37, 49, 388
Caro, Iosif, 310
Cântarea cântărilor, 41, 65, 85, 108, 366
Cordovero, Moise, 27

David, Regele, 397
Deuteronomul, 41

Eleazar, 27, 179, 200, 309
Elişa ben Avuia, 350
Estera, 41
Exodul, 41, 128, 191
Ezechiel, 41, 193, 244, 310

Gabriel, 87, 197, 198, 210, 211

Gamaliel, 190
Geneza, 41, 91
Grădina Edenului, 7, 78, 82, 83, 86, 87, 92, 93, 94, 100, 118, 160, 161, 167, 198, 230, 259, 326, 327, 354, 374, 376, 404, 416, 417

Haman, 228, 230
Hanina ben Dosa, 203
Hasidism, 29, 104, 258, 298
Haupstein, Israel, 320
Hilel, 42, 407, 415

Iacob, 149, 150, 157, 176, 213, 214, 215, 216, 269, 393
Ieremia, 41, 414
Ierusalim, 24, 44, 49, 50, 55, 62, 164, 187, 204, 205, 229, 275, 359, 388, 414
Ilie, 31, 36, 50, 117, 193, 202, 222, 309, 310, 398
Iom Kipur, 51, 54, 128, 190, 202, 229, 231, 347, 362, 384, 398
Iosif, 149, 260, 310
Iosua ben Levi, 397
Isaac Orbul, 67, 107, 108
Iuda, 43, 85

Kaplan, Aryeh, 11, 100, 176
Kook, Abraham Isaac, 422

Levi ben Abraham, 260
Levi Iţhak, 104, 321, 425, 426, 427

Maimonide, 193, 278
Meir, 85
Menahem Mendel, 110

Mesia, 259, 260, 261
Mihael, 197, 203, 210, 211
Moise, 41, 42, 80, 117, 139, 181, 192, 200, 201, 202, 264, 269, 302, 309, 398, 420
Mordehai, 230
Munţele Sinai, 42, 80, 116, 139, 191, 200, 229, 420

Nahman, 237, 238, 241, 278, 294, 295, 298, 299, 310, 311, 399, 400, 404, 405, 406, 407, 414
Nahmanide, 193
Noe, 117, 216
Numeri, 41

Pesah, 21, 138, 152, 153, 191, 229
Pomul Cunoaşterii, 76, 78, 79, 85, 94, 95, 199, 352, 354
Pomul Vieţii, 76, 78, 79, 84, 92

Raba, 85, 91, 215
Rafael, 87, 197, 199, 210, 211
Rava, 230, 231, 399, 400

Schachter-Shalomi, Zalman, 18, 37, 110, 220
Sfânta Sfintelor, 244
Steinsaltz, Adin, 45
Şamai, 42, 407, 415
Şimon, 85, 309, 409
Şimon bar Iohai, 409
Şneur Zalman, 425, 426, 427

Uriel, 197, 210, 212

Vital, Haim, 310, 380

Cărți apărute în colecția Judaica

HENRI WALD
Înțelesuri iudaice

MOSHE IDEL
Mesianism și mistică

DAGOBERT D. RUNES
Dicționar de iudaism

ALEXANDRU ȘAFRAN
Înțelepciunea Cabalei

SIMON DUBNOV
Istoria hasidismului

J. B. AGUS
Evoluția gândirii evreiești

A. COHEN
Talmudul

BARUCH TERCATIN
Din înțelepciunea Torei și a hasidismului

M. MAIMONIDE
Călăuza rătăciților

DAN COHN-SHERBOK
Mistica iudaică

GERSHOM SCHOLEM
Studii de mistică iudaică

JACOB NEUSNER
Iudaismul în timpurile moderne

Vor mai apărea

DAVID A. COOPER
Dumnezeu este un verb

ABRAHAM J. HASCHEL
Dumnezeu în căutarea omului

MOSHE IDEL
Hasidismul între mistică și magie

GERSHOM SCHOLEM
Cabala

ANDRE NEHER
Identitate evreiască

I. EPSTEIN
Iudaismul

Tiparul executat la
S.C. AMROPACK S.A.
Tel.: 211.30.16; Fax: 211.27.52
București

Rabi David A. Cooper
a studiat mistica iudaică
pe când locuia în Orașul Vechi
din Ierusalim.
Unul din profesorii marcanți de
iudaism ai zilelor noastre,
Cooper este autorul mai multor cărți
despre meditație, recluziune spirituală
și practică a misticii iudaice.
Împreună cu soția sa, conduce
centrul de meditație și practică mistică
Heart of Stillness Hermitage,
situat în munții de lângă Boulder,
Colorado.

EDITURA HASEFER